

# その鶏肉

No.R5-04  
(R5.7. 21発行)

## 加熱不足かも

カンピロバクターにご注意ください。

食肉の加熱不足を原因とするカンピロバクター食中毒が全国で多く発生しています。適切に取り扱い、**十分な加熱調理**をして、安全に食べましょう。

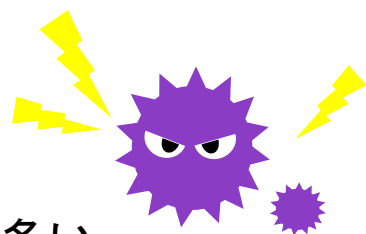


カンピロバクターの電子顕微鏡写真  
(提供：国立医薬品食品衛生研究所)

### カンピロバクターとは？

ニワトリや牛、豚など多くの動物が保菌する常在菌です。処理する際に菌が可食部に付着し、そのまま食べると**食中毒**を引き起こします。

### カンピロバクター食中毒



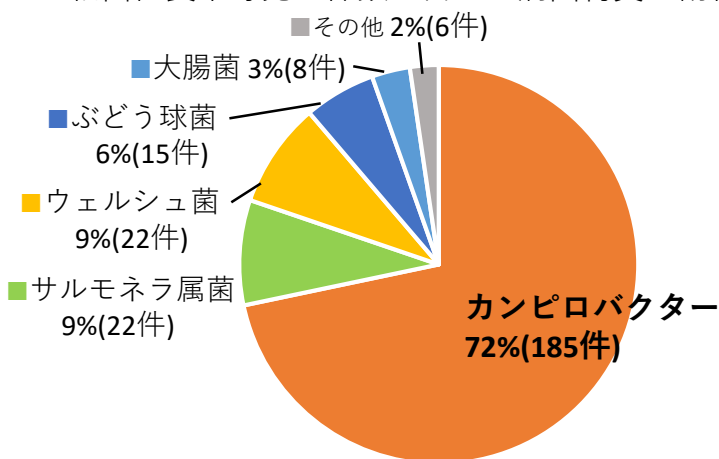
- 特徴**
- ・ 食肉、特に**鶏肉**を原因とする発生が多い。
  - ・ 少しの菌でも食中毒を起こす。
  - ・ 加熱や乾燥に弱く、十分加熱調理をすれば防げます。

- 症状**
- ・ 潜伏期間：最短 1 日～最長 7 日、平均 3 日
  - ・ 下痢、激しい腹痛、発熱、頭痛、嘔吐、倦怠感
  - ◆ 乳幼児、高齢者、抵抗力の弱い方は重症化する危険性があります。
  - ◆ 感染した数週間後に、手足の筋力低下などの運動麻痺を主徴とする「ギランバレー症候群」を起こすことがあります。

# どのくらい発生しているか

カンピロバクター食中毒は、細菌性食中毒の中で最も多く発生しています。

R4細菌性食中毒発生件数に占める病因物質の割合



(厚生労働省 食中毒統計資料より作成)

## 【主な原因】

- ・ 鶏のささみの刺身、タタキ
- ・ 鶏のレアチャーシュー
- ・ BBQにおける加熱不十分な食肉
- ・ 二次汚染を受けたサラダなど



## 予防方法は？

自己流の低温調理も食中毒の原因に！

▼ **食肉はしっかり加熱**しましょう。  
(中心温度75℃で1分以上)

▼ 生肉の処理に使用した**包丁、まな板等はよく洗い熱湯などで消毒**しましょう。

▼ 調理時は生肉を**他の食材と区別**して扱きましょう。

▼ 生肉を触った後は**十分に手を洗って**から他の食品を取り扱しましょう。

