



## 食品衛生O×クイズ ～目指せ、カンピロバクター博士！～

第1問 カンピロバクター食中毒は、食材を十分に加熱すれば防ぐことができる。



第2問 カンピロバクター食中毒は、新鮮（しんせん）な鶏肉ならば、生で食べても食中毒になる危険はない。

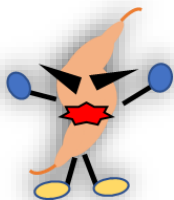
第3問 カンピロバクターがついた食材を切ったまな板を、洗わずに次の調理に使っても問題ない。



第4問 食中毒は一般に、子供やお年寄りなどの抵抗力が十分でない人がなりやすい



## ヒント



本当はこんな形



写真：Campylobacter jejuni の電子顕微鏡像

## カンピロバクターって??



市販鶏肉からもカンピロバクターが見つかっています！

- ・近年、細菌性食中毒発生数「ワースト1位」です。
- ・鶏の腸管内にいる細菌です。  
→処理するときに鶏肉の表面に付着します。
- ・少しの菌でも症状を起こします。
- ・乾燥や熱に弱く、新鮮な鶏肉ほど菌も元気です。

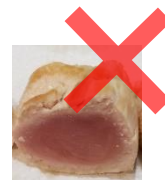
## カンピロバクター食中毒の症状や特徴

- ・食べてから2～7日後に、下痢、腹痛、発熱などの症状が発生します。
- ・手足の麻痺やしびれ、呼吸困難を起こす「ギラン・バレー症候群」を発症することもある。
- ・お子さんや高齢の方、抵抗力の弱い方は、重症化しやすいので特に注意が必要です。

▶ **第1問「○」**  
**生肉は十分に加熱しましょう！**



☑ **カンピロバクターは熱にはわりと弱い**ため、  
**十分な加熱調理**により食中毒を防ぐことができます。



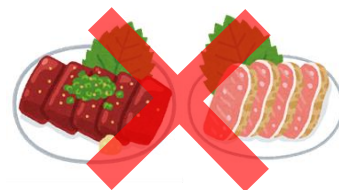
☑ 鶏肉、牛肉、豚肉などの生肉は**中心部の色が変わる**  
**まで十分加熱**しましょう(75℃1分以上)



▶ **第2問「×」**  
**お肉の生食は避けましょう！**



☑ **「新鮮な肉だから安全」は間違い**です。



☑ **未加熱又は加熱不十分な料理<sup>(※)</sup>は選ぶのを避けましょう！**

※鶏肉や鶏レバーのさしみ、鶏タタキ、とりわさなど

▶ **第3問「×」**  
**生肉と他の食材で調理器具を使い分けましょう！**



☑ 生肉を扱った調理器具をそのまま他の食材に使用すると、  
他の食材に菌が移ってしまいます！



☑ 生肉に使用したまな板や包丁は**洗剤でしっかり洗い**、  
**熱湯などで殺菌**しましょう！



▶ **第4問「○」**



☑ **小さなお子さん**や**お年寄り**などは、カンピロバクター食中毒だけでなく、他の食中毒もかかりやすいとされています。

● **内容に関するご意見・お問い合わせ先**

- ・長野県庁健康福祉部食品・生活衛生課  
電話 026-235-7155, FAX 026-232-7288, 電子メール shokusei@pref.nagano.lg.jp)
- ・最寄りの保健福祉事務所(保健所) 食品衛生相談窓口