

Chapter 1

食品衛生学



食品の安全性を脅かす様々な危害要因

●生物的要因

病原微生物(細菌、ウイルス、寄生虫など)

●化学的要因

自然毒(フグ毒、貝毒、きのこ毒)、カビ毒、
洗剤・殺菌剤、重金属、残留農薬など

●物理的要因

金属片、ガラス片など

(2) 食中毒の発生状況

① 年次別発生状況

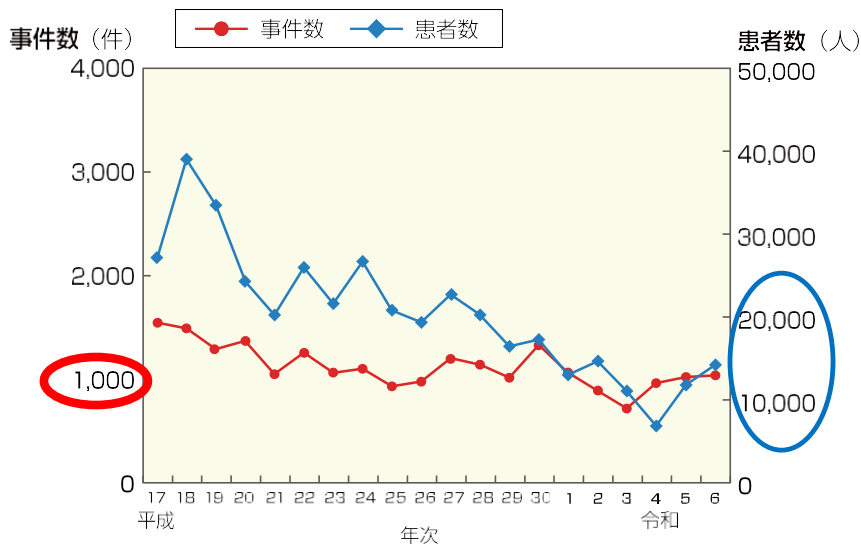


図1 年次別食中毒発生状況 (平成17～令和6年)

年次	事件数	患者数	死者数
H17	1,545	27,019	7
18	1,491	39,026	6
19	1,289	33,477	7
20	1,369	24,303	4
21	1,048	20,249	0
22	1,254	25,972	0
23	1,062	21,616	11
24	1,100	26,699	11
25	931	20,802	1
26	976	19,355	2
27	1,202	22,716	6
28	1,139	20,252	14
29	1,014	16,464	3
30	1,330	17,282	3
R1	1,061	13,018	4
2	887	14,613	3
3	717	11,080	2
4	962	6,856	5
5	1,021	11,803	4
6	1,037	14,229	3

7	1,172	24,727	2
----------	--------------	---------------	----------

ポイント解説

国内の食中毒の事件数・患者数の推移は図1のとおりです。令和2～4年の食中毒事件数は1,000件を下回っていましたが、令和5、6年は1,000件を超え、患者数も増加傾向がみられました。

食中毒事件での死者数の推移(2016～2025年)

年	H28 (2016)	H29 (2017)	H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	R5 (2023)	R6 (2024)	R7 (2025)	小計
細菌											16
腸管出血性大腸菌	10	1					1				12
サルモネラ属菌						1		1			2
その他の病原大腸菌								1			1
ボツリヌス菌		1									1
腸炎ビブリオ										1	1
ウイルス											2
ノロウイルス				1							1
ロタウイルス								1			1
植物性自然毒											21
イヌサフラン	2	1	2	2		1	2		2	1	13
きのこ			1		1			1	1		4
グロリオサ					1		1				2
トリカブト	1										1
スイセン	1										1
動物性自然毒											3
フグ				1	1		1				3
アオブダイ											0
その他											0
合計	14	3	3	4	3	2	5	4	3	2	43

(2) 食中毒の発生状況 (3) 主な病因物質別発生状況(患者数)

● R2年6月 学校給食（海藻サラダ） 2958名
 ● R2年8月 仕出屋（仕出し弁当） 2548名
 ● R3年6月 製造所（牛乳） 1896名

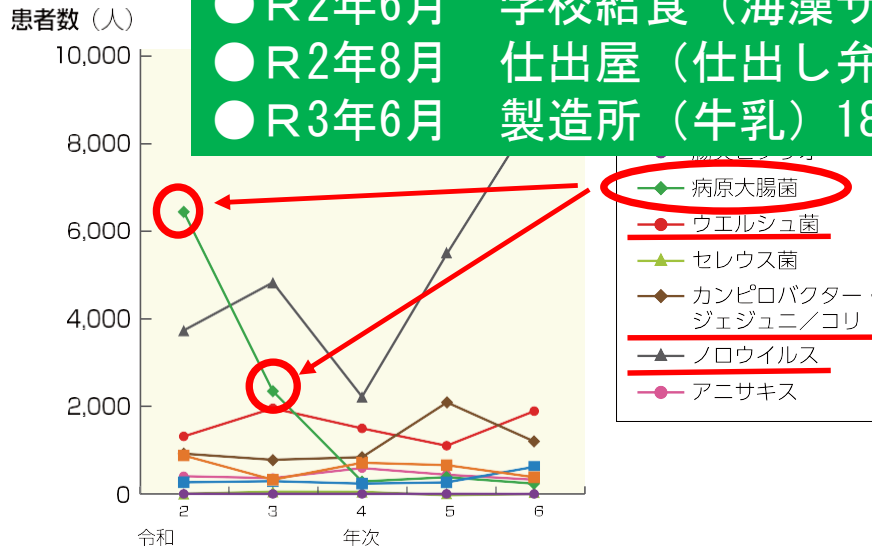


図5 過去5年間の主な原因物質別発生状況 (患者数) (令和2年～6年)

※令和6年

1. 主な食中毒と健康被害

ポイント解説 図5のグラフは、主な病因物質別の患者数の変化を示したものです。ノロウイルス食中毒による患者数は令和4年に大きく減少しましたが、令和5、6年には増加しました。ウエルシュ菌は、食中毒事件数はそれほど多くありませんが、患者数が大変多いという特徴をもつ食中毒です。

(3) 主な食中毒の事例とその原因

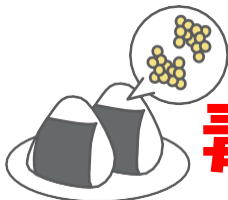
① 細菌性食中毒

食中毒はこうして起こる!!



食品中で食中毒を起こす量まで
増えた細菌

感染型

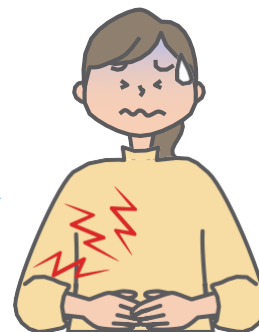


食品中で細菌が産生した毒素

毒素型



食べたことにより



胃腸炎等の
症状を発症する

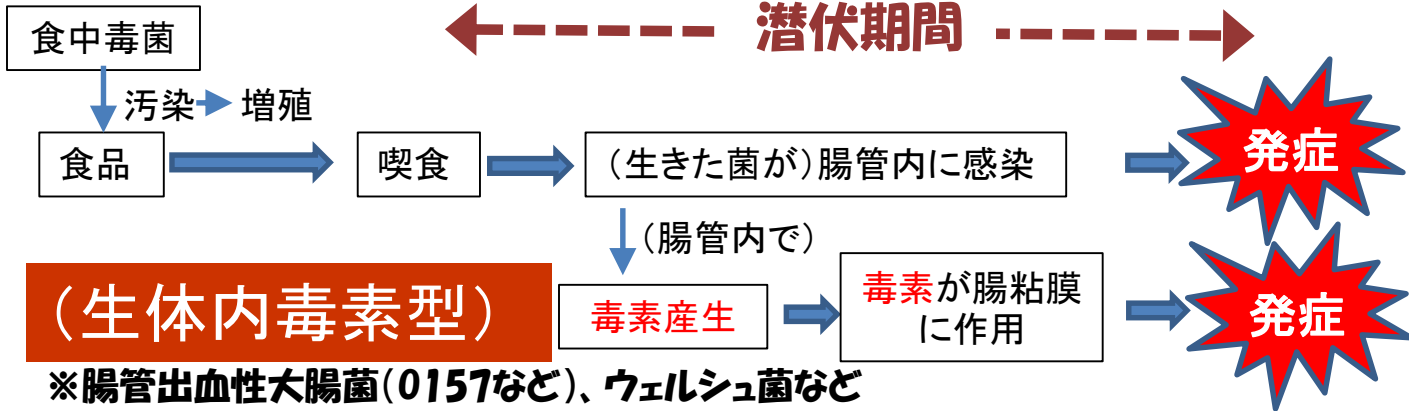
ポイント解説

細菌性食中毒は、食中毒の原因となる細菌あるいは細菌が産生した毒素を含む飲食物を食べることで起こります。食品中で増殖した細菌が起こす食中毒を「感染型食中毒」といいます。細菌が増殖する際に産生する毒素が原因で起こる食中毒を「毒素型食中毒」といいます。

細菌性食中毒の発症機序の違いによる分類 【感染型と毒素型】

感染型

※サルモネラ属菌、腸炎ビブリオ、カンピロバクターなど

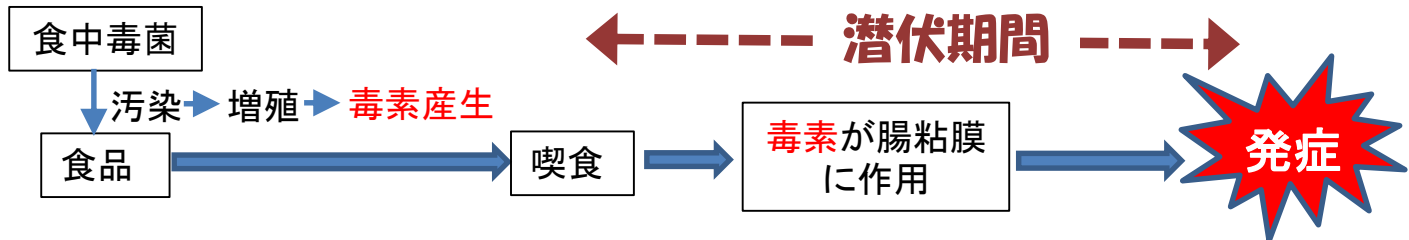


(生体内毒素型)

※腸管出血性大腸菌(0157など)、ウェルシュ菌など

毒素型(食品内毒素型)

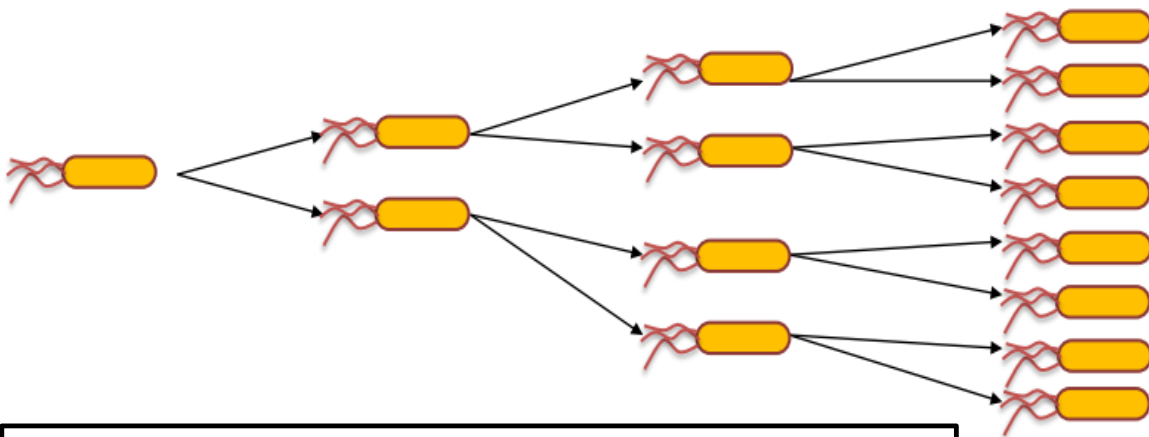
※黄色ブドウ球菌、セシウス菌(おう吐型)など



細菌の増殖①

増殖の3要件(栄養素、水分、適度な温度)が揃えば、

■ 細菌は周囲の成分を利用し、細胞分裂で増殖



※ただし、菌の「酸素要求性」により、増殖の有無が異なる

- ・微好気性菌(カンピロバクター)…… 好气的条件でのみ増殖可能。
ただし、通常よりも少ない酸素濃度(5~15%程度)でのみ増殖。
- ・通性嫌気性菌(多くの食中毒菌)……酸素があっても無くても増殖可能
- ・偏性嫌気性菌(ウェルシュ菌、ボツリヌス菌)……酸素がない状態でのみ増殖可能

食中毒細菌の増殖速度

ふやさない

菌種	至適温度(°C)	分/分裂※
腸管出血性大腸菌	37	18.0
サルモネラ属菌	40	18.0
腸炎ビブリオ	37	9.0
カンピロバクター	42	48.0
黄色ブドウ球菌	37	23.4

特に速い

※ひとつの菌が1回分裂するために必要な時間

ウェルシュ菌	43～47	10～12
--------	-------	-------

細菌の増殖②

<10分間隔で分裂を繰り返す>場合……【A】

1時間に6回分裂する ($2 \times 2 \times 2 \times 2 \times 2 \times 2 = 64$)

<20分間隔で分裂を繰り返す>場合……【B】

1時間に3回分裂する ($2 \times 2 \times 2 = 8$)

【A】

【B】

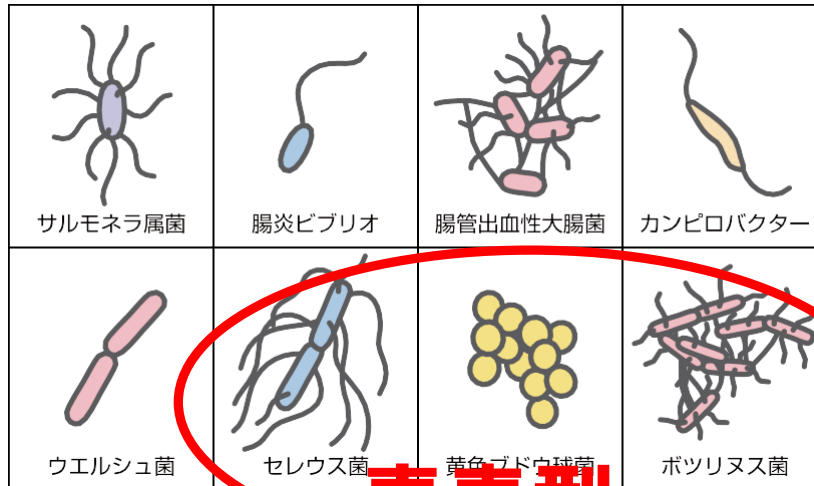
1個

(1時間後)	64個	8個
(2時間後)	4,096個	64個
(3時間後)	262,144個	512個
(4時間後)	16,777,216個	4,096個
(5時間後)		32,768個
(6時間後)		262,144個
(7時間後)		2,097,152個
(8時間後)		16,777,216個

※一般的には、10万～100万個の菌量で発症するが、腸管出血性大腸菌、カンピロバクターは、もっと少量（100個程度）でも発症する。

(3) 主な食中毒の事例とその原因

① 細菌性食中毒



毒素型

※微生物の色は実際のものではありません。

ポイント解説 代表的な食中毒を起こす細菌の種類です。この中で、「毒素型」の細菌は、黄色ブドウ球菌、ボツリヌス菌で、他は「感染型」の細菌です。セレウス菌には、食品内で増えた菌が喫食され、腸管内で増殖する際に産生した毒素により起こる感染型と、食品内で産生された毒素によって発症する毒素型の2タイプがあります。

兵庫県内でのカンピロバクター食中毒【2024年】

発生月	発生地域	原因施設	提供メニュー
3月	神戸市	飲食店	鶏タタキを含む食事
3月	神戸市	飲食店	鶏なめろう、鶏刺しを含む食事
3月	神戸市	飲食店	鶏刺しを含む食事
3月	神戸市	飲食店	鶏タタキを含む食事
4月	神戸市	飲食店	鶏刺しを含む食事
4月	明石市	飲食店	鶏刺身盛合せ（ささみ、バ-等）を含む食事
4月	明石市	飲食店	鶏タタキを含む食事
6月	尼崎市	飲食店	鶏生レバー、鶏タタキを含む食事
6月	西宮市	集団給食	唐揚げとろろ丼、チンゲン菜スープ
7月	神戸市	飲食店	鶏レバ刺しを含む食事
8月	神戸市	飲食店	鶏ユッケを含む食事
11月	神戸市	飲食店	加熱不十分な鶏肉を含む食事

カンピロバクター感染による ギラン・バレー症候群発症までの経過

カンピロバクターに感染

潜伏時間(1~7日程度)

食中毒症状【下痢、腹痛、発熱】

3~4日程度

回復

1~3週間程度

ギラン・バレー症候群を発症【足の筋肉の麻痺】

2~4週間程度

症状ピーク【麻痺が上半身(手の先)まで広がる】

3~6か月程度

回復(約80%の人)

兵庫県内で発生したカンピロバクター食中毒事例

- (1) 平成28年3月、父子が兵庫県内の飲食店で鶏ササミのたたきによるカンピロバクター食中毒を発症。
- (2) 息子(10歳)は快復したが、父親(42歳)はギランバレー症候群を発症し、四肢の麻痺により日常生活に介助が必要となり、後遺障害1級と認定。
- (3) 飲食店が加入していた食品衛生協会の賠償共済『あんしんフード君』で損害賠償金を支払い。

支払共済金の内訳

● 損害賠償金：1億円

・治療費	368万円
・慰謝料	9,135万円
・休業補償	442万円
・その他	55万円

● 特別費用：1千万円

● 弁護士費用：88万6240円

<合計> 1億1088万6240円



<示談金> 1億 545万2693円

示談交渉が困難で弁護士費用が高額になった サルモネラ食中毒事例

- (1) 令和5年7月、広島市内の飲食店を利用した客のうち、10グループ、32名が食中毒症状を呈した。
- (2) 飲食店が加入していた日本食品衛生協会の「あんしんフード君」から共済金として、**約483万円**が支払われた。

支払共済金の内訳

- 生産物賠償金： 約 185万円
- 店舗休業補償金： 約 23万円
- 特別費用： 約 21万円
- 弁護士費用**： 約 **194万円**
- 消毒費用： 約 60万円

＜年間掛金＞ 22,100円

(内訳) ・あんしんフード君 18,400円

・(オプション)店舗休業補償 3,700円

施設の管理不備による施設賠償事故事例

(1) 2024年(令和6年)12月、兵庫県内の飲食店で床が油で滑りやすくなっていたが、そのまま放置していたため通りかかったお客が滑って転倒して、左座骨を骨折し緊急搬送された。被害者は60日間の入院と4日間の通院をした。



(2) 飲食店が加入していた日本食品衛生協会の「あんしんフード君」から共済金として、**約125万円**が支払われた。

支払共済金の内訳

●治療費：	約	19万円
●通院交通費：	約	5千円
●慰謝料：	約	55万円
●休業補償：	約	39万円
●特別費用：	約	11万円

<年間掛金> 8,500円(あんしんフード君)

食品衛生協会の各種賠償共済制度での保険対象

I 食品営業賠償共済(「対人」補償のみ)

- ①「提供した食品により食中毒」、「食品に混入した異物による口内損傷」、「食品の容器破損による身体損傷」等(※)を起こした場合の被害者に支払う損害賠償費用
(例)治療費、入院費、薬代、付添看護料、慰謝料、被害者の休業補償など
- ②訴訟費用、弁護士費用

II 総合食品賠償共済(「対人＋対物」補償)

(1) あんしんフード君

- ①提供した飲食物に起因する事故(食中毒や異物による歯の欠損)のほか、「誤ってこぼしたコーヒーによる客の火傷」、「エアコン落下による客の負傷」、「漏水による階下施設の汚損」、「容器破損による客の衣服汚損」、「客から預かった衣服の汚損・盗難」、「食事の客のバッグの盗難」など
- ②訴訟費用、弁護士費用

(2) スーパーあんしんフード君

上記(1)のほか、

「従業員の業務上の傷害補償」「自店の休業補償(最長15日間まで)」

「あんしんフード君」の 年間共済掛金の目安(1口)

業種 年間 売上高	喫茶店	飲食店・すし	仕出し・弁当 給食施設	食料品販売 業	食品製造業	旅館
3000万円 以下	6,500円	8,500円	11,000円	3,500円	5,500円	営業建 物の総 床面積 ×23円
5000万円	8,000円	18,400円	34,600円	6,800円	11,100円	
7000万円	9,400円	24,000円	47,900円	9,200円	14,300円	
1億円	11,400円	32,400円	67,700円	12,800円	19,100円	
1.5億円	34,000円	63,200円	107,400円	20,100円	35,000円	
2億円	45,100円	84,100円	143,100円	26,700円	46,500円	

(3) 主な食中毒の事例とその原因

① 細菌性食中毒

嫌気性菌



ウエルシュ菌

熱に強い
芽胞をつくる



● 感染経路

ヒト、動物の腸管内に生息し、下水、河川、土壌などにも広く分布しています。食材としては、食肉に汚染が多くみられます。酸素のない環境(嫌気性)で増殖し、酸素のある大気中では死滅します。

本菌は、環境の変化により芽胞と呼ぶ特殊な殻をつくりま^{がほう}す。芽胞は熱に強く、1~4時間の加熱でも死滅しません。また、アルコールなどの消毒剤も効果がありません。

● 症状

潜伏期間は平均 10 時間で、主症状は腹痛と下痢ですが一般に重症です。

● 予防対策

★ 前日調理を避けます。調理した食品は早く喫食し、加熱食品でも保存する場合は速やかに温度を下げ、低温で保存します。

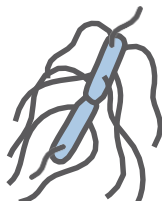
★ 次の日に使用する場合は、低温保管し、提供時に加熱します。温め直すときはまんべんなく火が通るように食品をよくかき混ぜながら、中心部まで十分に加熱しましょう。

急冷

十分な再加熱

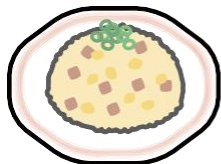
(3) 主な食中毒の事例とその原因

① 細菌性食中毒

毒素型

セレウス菌

熱に強い
芽胞をつくる



● 感染経路

土、環境中などに広く生息し、穀類、香辛料、野菜、豆などから検出されます。おう吐を起こすタイプと下痢を起こすタイプがありますが、国内では多くがおう吐型です。原因食品としては、チャーハン、スパゲティ、オムライスなど穀類の調理品が多く、熱に強い芽胞をつくるのが特徴です。

● 症状

おう吐型は喫食後 30 分～ 6 時間で起こり、主症状は吐き気・おう吐です。下痢型は 8～16 時間で起こり、主症状は下痢、発熱、腹痛などです。

● 予防対策

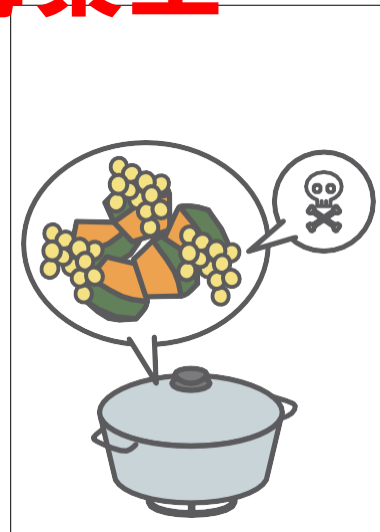
- ★ 前日調理を避け、調理した食品は早く喫食するようにします。
- ★ 室温で保存せず、冷蔵で保存します。

(3) 主な食中毒の事例とその原因

① 細菌性食中毒

黄色ブドウ球菌食中毒事例

毒素型



ポイント解説 寮で学生 16 人が黄色ブドウ球菌食中毒を発症しました。患者らは当日その寮で朝食を食べていました。食品残品、従業員の便から黄色ブドウ球菌が検出され、特にカボチャの煮物が原因食品と推定されました。この食品は前日につくられ、室温に 15 時間以上も放置されていたため、従業員の手指から煮物を汚染した本菌がこの間に増殖し、毒素を産生したと推測されました。

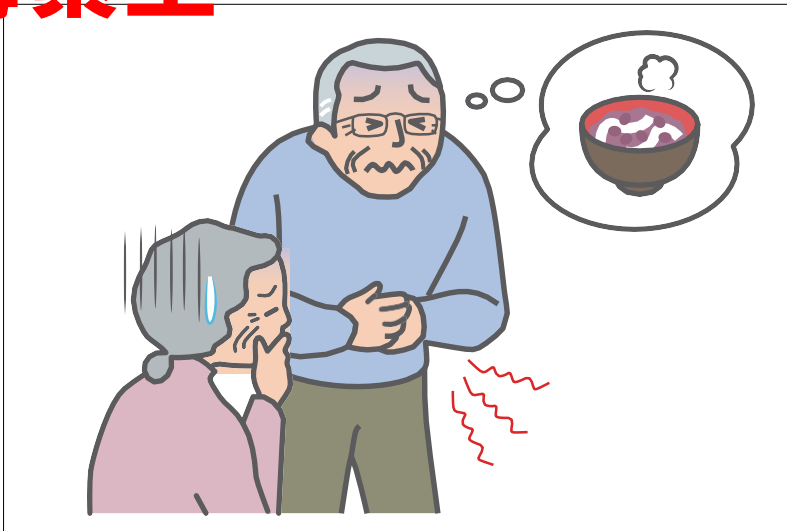
(3) 主な食中毒の事例とその原因

① 細菌性食中毒

ボツリヌス菌食中毒事例

毒素型

なんらかの原因で製品内に
残存したボツリヌス菌が
増殖・毒素を産生



1. 主な食中毒と健康被害

26

ポイント解説 あずきばっとうを加熱して食べた2人が吐き気、がんげん かせい眼瞼下垂等の症状を現し、その後、重症化し意識不明になりました。調査の結果、あずきばっとうおよび患者の便よりA型ボツリヌス菌が検出されました。本製品は密閉状態の容器包装に詰められたもので、なんらかの原因で製品内に残存したボツリヌス菌が飲食に供されるまでに増殖し、毒素を産生し、食中毒を起こしたと推測されました。

(3) 主な食中毒の事例とその原因

① 細菌性食中毒

嫌気性菌



ボツリヌス菌

熱に強い
芽胞をつくる

● 感染経路

土壌、河川、海底、湖底など自然界に広く分布し、農作物、食肉、魚介類など多くの原材料が本菌に汚染される可能性があります。酸素を嫌うため、瓶・缶詰食品、真空包装食品、レトルト類似食品、また東北地方のいずしなどで食中毒が起こっています。熱・化学物質などに非常に強い芽胞を細胞内につくる毒素型の食中毒です。そのため、レトルト食品や缶詰の製造などには超高温加熱が必要となります。

● 症状

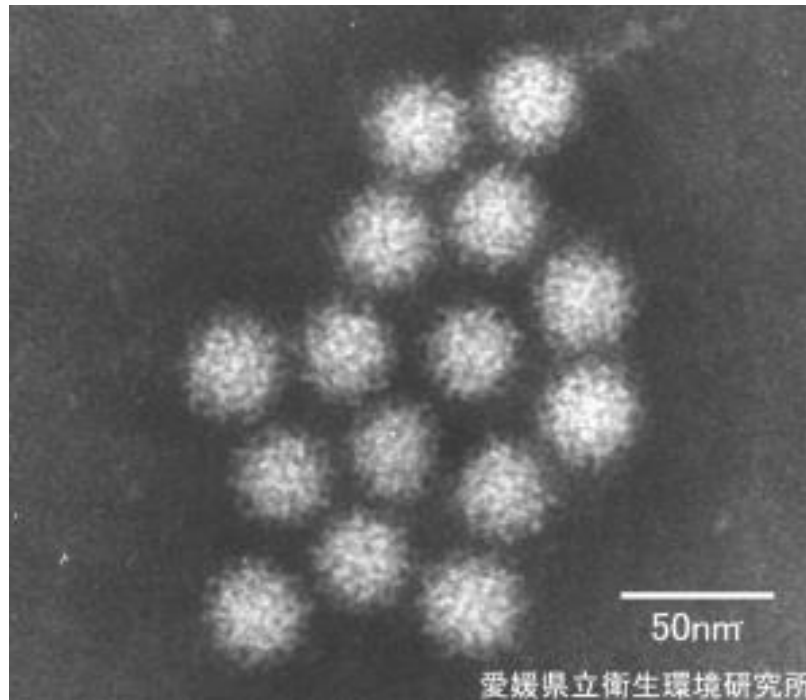
潜伏期間は 8 ～ 36 時間です。初期には胃腸炎症状、ついで、さまざまな神経麻痺症状が現れます。重症例では呼吸困難に陥り、死に至ることもあります。微生物が生成する毒素の中でもっとも致死性が高いといえます。

● 予防対策

- ★ 新鮮な原材料を用い、洗浄を十分に行います。
- ★ 瓶・缶詰等は 120℃・4 分間の加熱、またはこれと同等以上の効果のある殺菌処理を行います。
- ★ 冷蔵が必要な食品は、必ず冷蔵保管します。

ノロウイルスとは

球形(直径が1ミリの約2万分の1程度)
の小型ウイルス



ノロウイルスの特徴(その1)

ヒトの小腸粘膜細胞で増殖する

細菌とウイルスの増殖方法の違い

<細菌>

3要件(栄養素、水分、適度な温度)が揃えば、増殖できる

⇒食品中で増殖する

<ウイルス>

特定の『生きた細胞』の中でのみ増殖できる

⇒食品中では増殖しない

「病原微生物(細菌・ノロウイルス)」による食中毒予防の原則

<細菌性食中毒予防> **3原則**

<ノロウイルス食中毒予防> **4原則**

①清潔

持ち込まない

※食品取扱者の健康・衛生管理

拡げない

※嘔吐物の適切処理、設備等の消毒

つけない

※洗浄・消毒・保管(手指、器具、原材料)

つけない

②迅速・冷却

増やさない

※時間をかけない(迅速)
※適切な保管(低温管理)

×

③加熱

やっつける

(75℃/1分間以上)

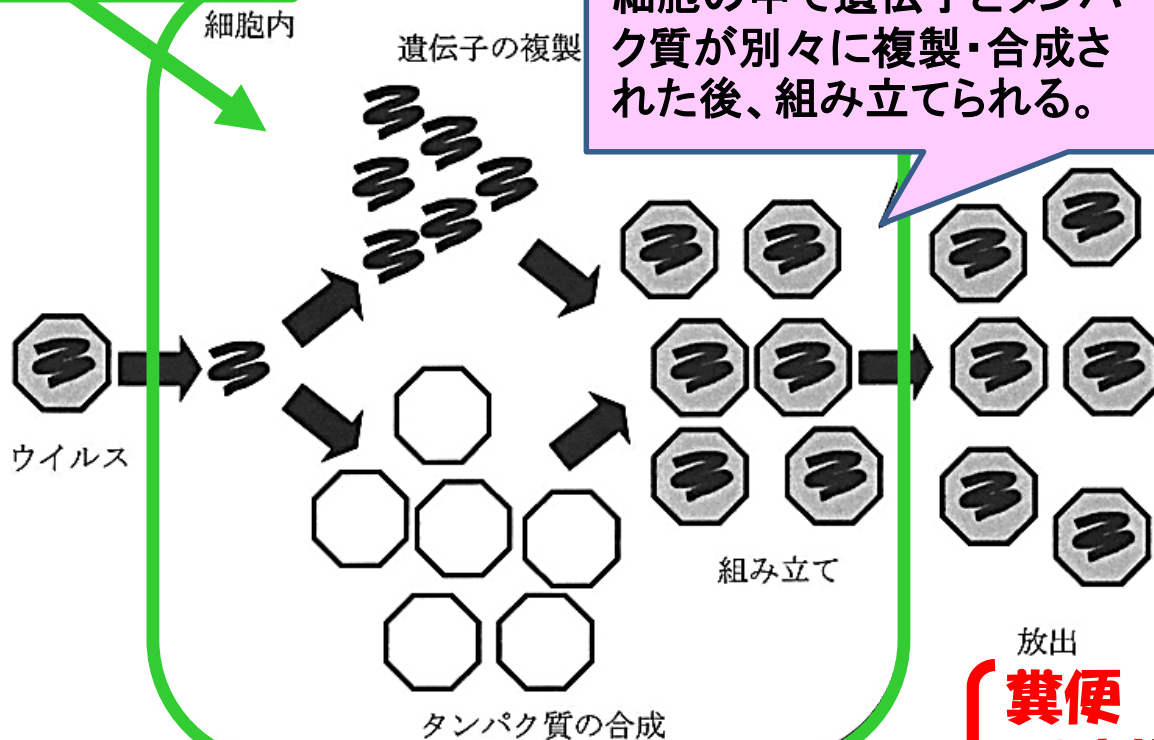
※加熱調理

やっつける

(85~90℃/90秒以上)

ノロウイルスの増殖のしくみ

小腸粘膜細胞



細胞の中で遺伝子とタンパク質が別々に複製・合成された後、組み立てられる。

放出

**糞便
嘔吐物**

ノロウイルスに感染した人の糞便や吐物には、 どのくらいの量のウイルスが含まれているか？

	(1g当たりの)ウイルス量	
発症者	糞便	100万～10億個
	嘔吐物	100万個
非発症者 (不顕性感染者)	糞便	100万個

10～100個のノロウイルスで発症

※ 症状消失後でも約1週間～1か月程度は、糞便中にノロウイルスが排出され続けるので、症状が治まった後も油断禁物！

ノロウイルスの特徴(その2)

アルコールなどの消毒薬が効きにくい

* ノロウイルスは、エンベロープを持たない構造のウイルスであるため、通常の消毒剤は消毒効果が期待できない

* 次亜塩素酸ナトリウム溶液(家庭用の「塩素系漂白剤」の主成分)は、消毒効果(200~1000ppm)がある

＜注意＞

次亜塩素酸ナトリウムは強アルカリ性のため、手指の消毒には適さない。

また、金属腐食作用があるので、ドアノブなどの金属面の消毒(200ppm)に使用した場合には、必ず10分後には水拭きすること。

消毒液の作り方

(名古屋市のノロウイルス対策マニュアルから)

台所用塩素系漂白剤の原液
〔次亜塩素酸ナトリウム5〜6%〕



+

約200ppm
(0.02%)

2ℓペットボトル
1本分の水



調理器具、設備など
の消毒



+

約1000ppm
(0.1%)

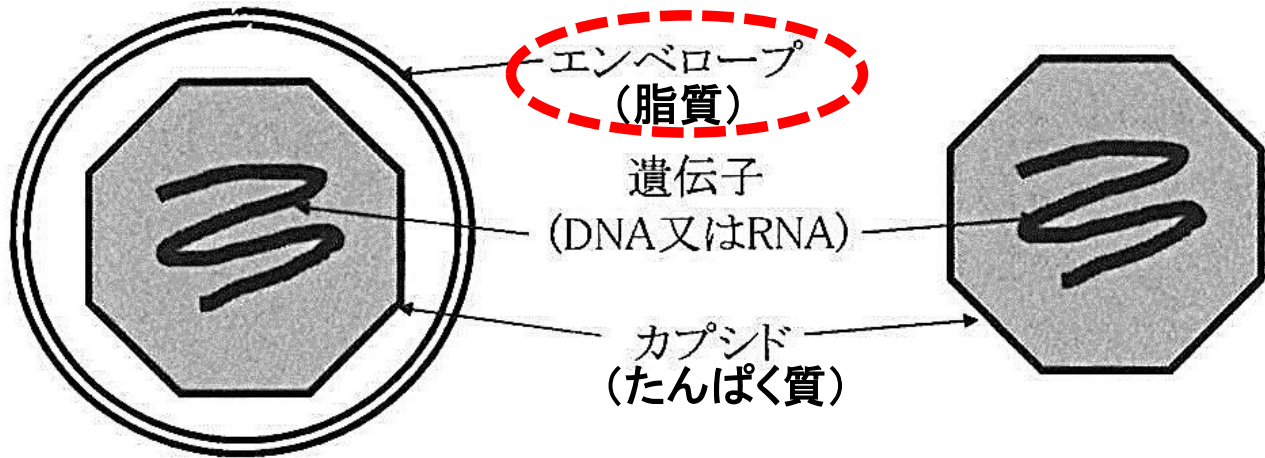
計量カップ約50ml

便、吐しゃ物など
の消毒

※ゴム手袋をはめて作業し、ペットボトルには必ず「消毒液」と表示する

ウイルスは構造の違いにより、 2つのタイプに分かれる

<エンベロープが有るもの> <エンベロープが無いもの>



(例) **新型コロナウイルス**
インフルエンザウイルス
エボラウイルス

効果あり

アルコール消毒

(例) **ノロウイルス**
サポウイルス
ロタウイルス

効果が期待できない

ノロウイルスの特徴(その3)

● 自然環境下でも長期間感染力を保持

布、繊維など	2週間(室温)
エアロゾル	1週間
水	20日間(20℃) 60日間(4℃)
食品	3~4日間(室温)
乾燥	1日間(37℃) 20日間(20℃) 50日間(4℃)

※ノロウイルスの代替として「ネコカリシウイルス」のデータを含む。

ノロウイルス感染の症状は？

- 潜伏時間（感染してから症状が出るまでの時間）

通常24～48時間

- 症状

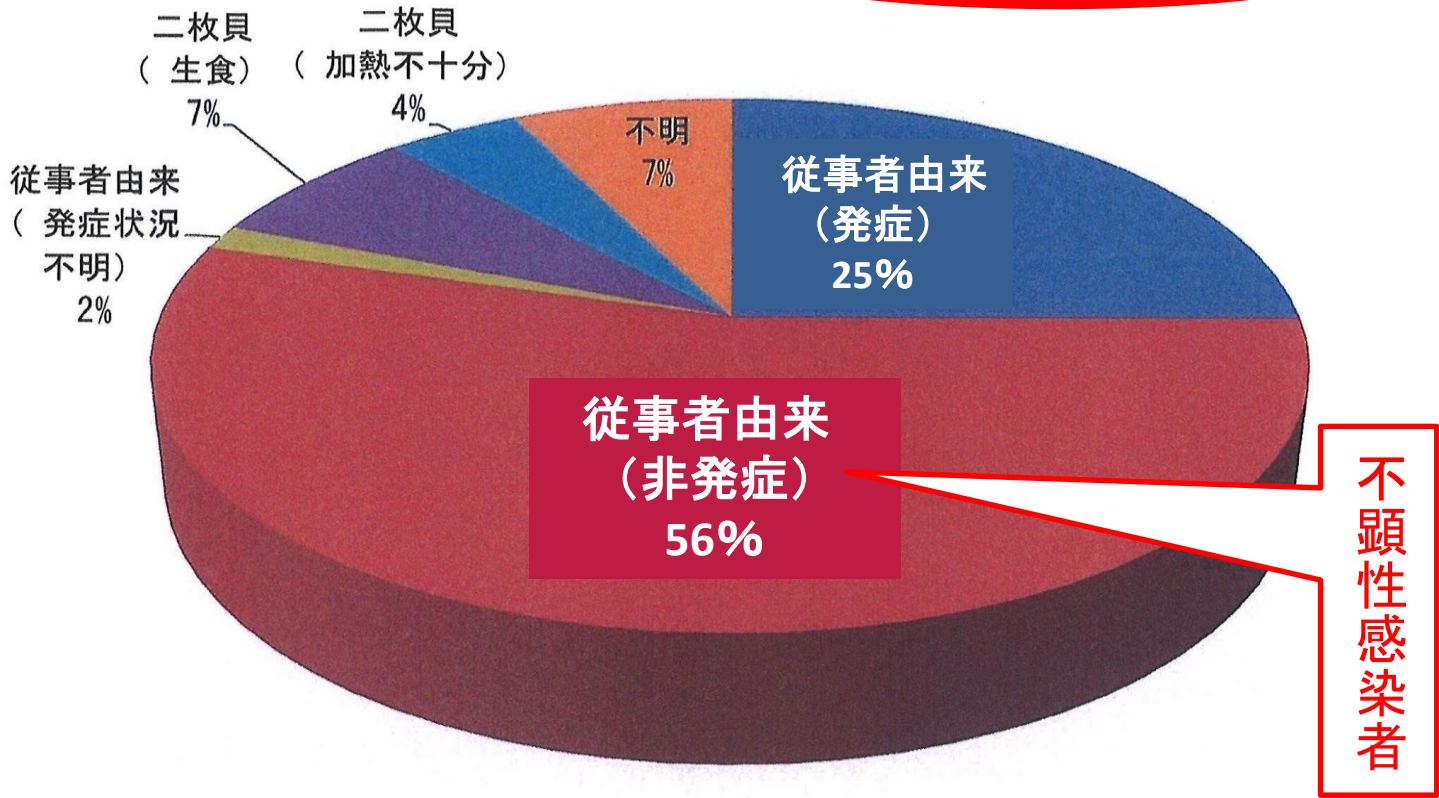
（突然の）おう吐・吐き気、腹痛、水溶性の下痢、発熱
ほとんどが3日以内に回復。

高齢者では、嘔吐物が気管や喉に入って、窒息や
誤嚥性肺炎になることがあるので、要注意！

なお、感染しても発症しないで、糞便中にはウイルス
を排泄している場合がある。（＝不顕性感染者）

ノロウイルス食中毒の発生原因

ノロウイルス食中毒原因は、約80%が調理従事者由来

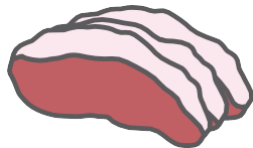


平成28年自治体からの食中毒詳報報告書より (n=68)

薬事・食品衛生審議会食品衛生分科会食中毒部会資料(2017. 3)より引用

(3) 主な食中毒の事例とその原因

② ウイルス性食中毒

その他の
ウイルス

● A 型肝炎ウイルス

感染経路：冬から春にかけて、本ウイルスに汚染された二枚貝や生の魚介類でA型肝炎ウイルス事件が散発的に起こることがあります。

症状：2～7週間の長い潜伏期間の後、発熱、おう吐、黄疸などを発症。

予防対策：貝類の生食を避け、調理に関しては十分な加熱を行います。

● E型肝炎ウイルス

感染経路：シカ肉や野生イノシシを生または加熱不足で喫食したことによって起こります。加熱不十分な豚レバーを含む豚肉からも検出されることがあります。

症状：平均6週間の潜伏期の後、発熱、悪心、腹痛、肝機能の悪化例もあります。

予防対策：動物の肉および内臓、特に豚レバーは、中心部まで十分に火が通るよう十分に加熱します。

豚肉、豚レバーの生食提供の禁止

アニサキスの生活環

オキアミなどの甲殻類



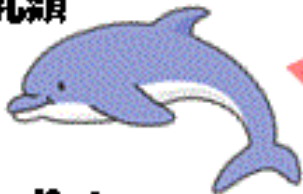
甲殻類に食べられ、
体内で**幼虫**が成長

サバ、サンマ、イカ
などの魚介類



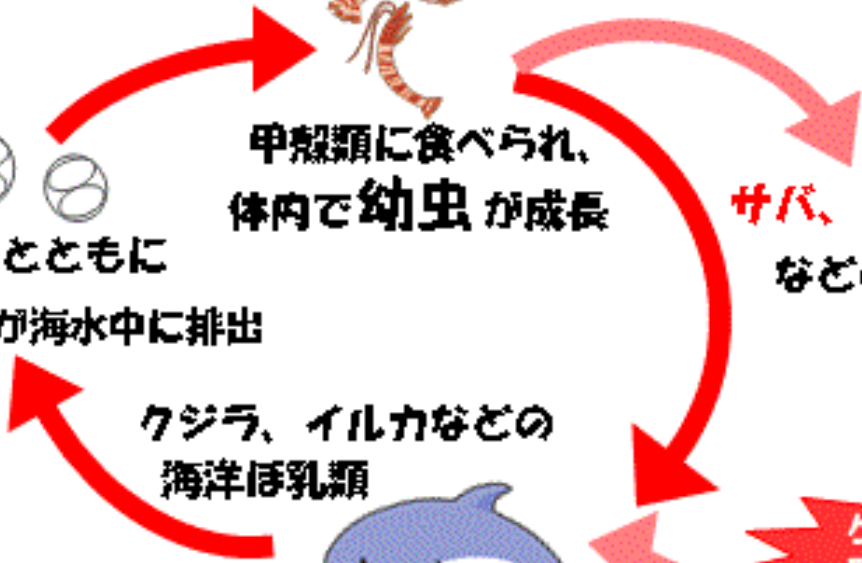
生で食べると
まれに食中毒に！

クジラ、イルカなどの
海洋ほ乳類

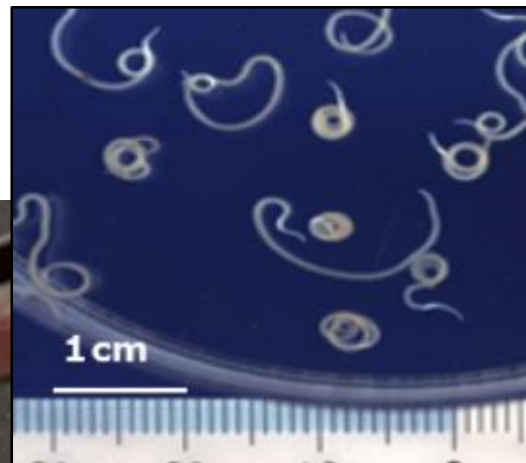
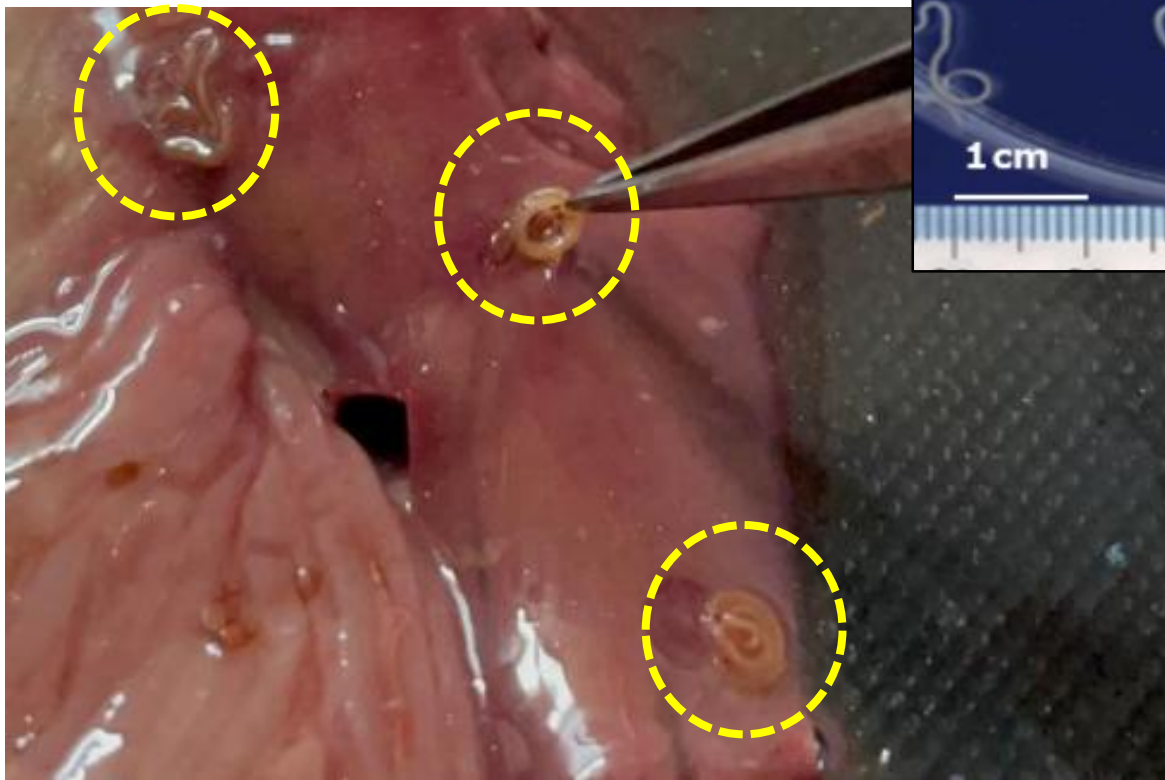


体内で **成虫**になり、産卵

フンとともに
卵が海水中に排出



アニサキスの幼虫



(3) 主な食中毒の事例とその原因

④ 自然毒による食中毒 1) 動物性自然毒

フグ毒



調理には
資格が必要

素人調理は厳禁

● 感染経路

フグの毒はテトロドトキシンと呼ばれる神経毒で、致死率がきわめて高く、主にフグの卵巣、肝臓などに多く含まれており、筋肉にも含まれていることもあります。加熱に対しては安定しているため、調理加熱程度では予防することができません。食中毒のほとんどが釣りなどによる素人調理によるものです。

【兵庫県の場合】
ふぐ処理責任者試験に合格した者

● 予防方法

フグの調理については専門的知識と技術が必要なので、都道府県知事等が認めたフグ処理有資格者が処理しなければなりません。喫食できる種類や部位が決まっています。素人調理は厳禁です。

ポイント解説

わが国の動物性自然毒による食中毒は、そのほとんどがフグによるもので、自ら釣るなどして素人調理したものです。食中毒全体に占める患者数はわずかですが、症状が重篤で死亡する例もあり重大な食中毒です。そのほか貝類によるもの、南方毒魚（シガテラ）によるものなどがあり、いずれも魚介類の毒（マリントキシン）が原因です。

適正な処理等により人の健康を損なうおそれがない と認められるフグの種類と部位（食品衛生法）

種類（種名）	筋肉	皮	精巢 （しらこ）
トラフグ、カラス、シマフグ、シロサバフグ、 クロサバフグ、カナフグ、ヨリトフグ、 イシガキフグ、ネズミフグ、ハリセンボン、 ヒトヅラハリセンボン	○	○	○
ショウサイフグ、マフグ、メフグ、アカメフグ、 ゴマフグ、ハコフグ	○	—	○
クサフグ、コモンフグ、サンサイフグ、 ヒガンフグ	○	—	—
ナシフグ（※1）	○	—	—
ナシフグ（※2）	○	—	○

※1 有明海、橘湾、香川県及び岡山県の瀬戸内海海域で漁獲されたものに限る。

※2 有明海及び橘湾で漁獲され、長崎県が定める要領に基づき処理されたものに限る。

(3) 主な食中毒の事例とその原因

④ 自然毒による食中毒 2) 植物性自然毒

イヌサフラン



▶ 中毒症状

おう吐、下痢、皮膚の知覚減退、呼吸困難。重症の場合は死亡することもある。

▶ 間違えやすい植物

《葉》 ギョウジャニンニク、ギボウシ
《球根》 ジャガイモ、タマネギ など

スイセンおよびスノーフレーク



スイセン



スノーフレーク

▶ 中毒症状

食後30分以内で、吐き気、おう吐、頭痛など。

▶ 間違えやすい植物

《葉》 ニラ、ノビル、タマネギ



ギョウジャニンニクの葉(食用)



ギボウシの葉(食用)の写真

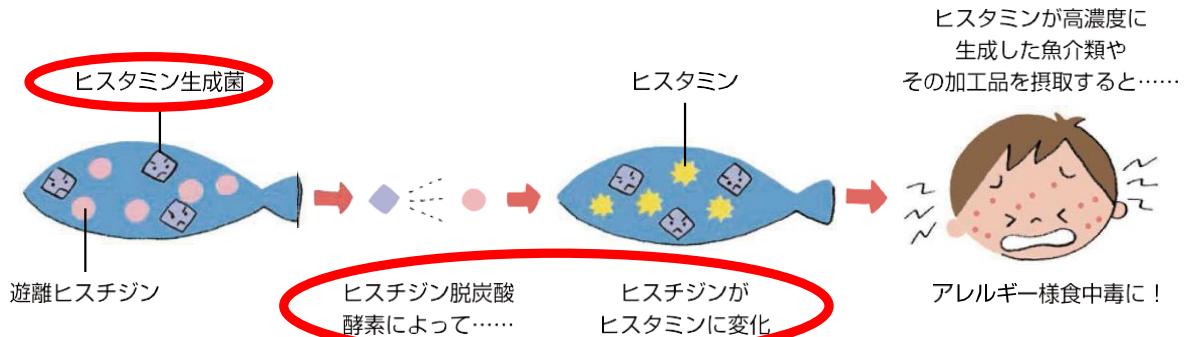
1. 主な食中毒と健康被害

41

いわれており、正しい知識がないまま、山野草

(3) 主な食中毒の事例とその原因

⑤ 化学物質による食中毒 2) ヒスタミンによる食中毒



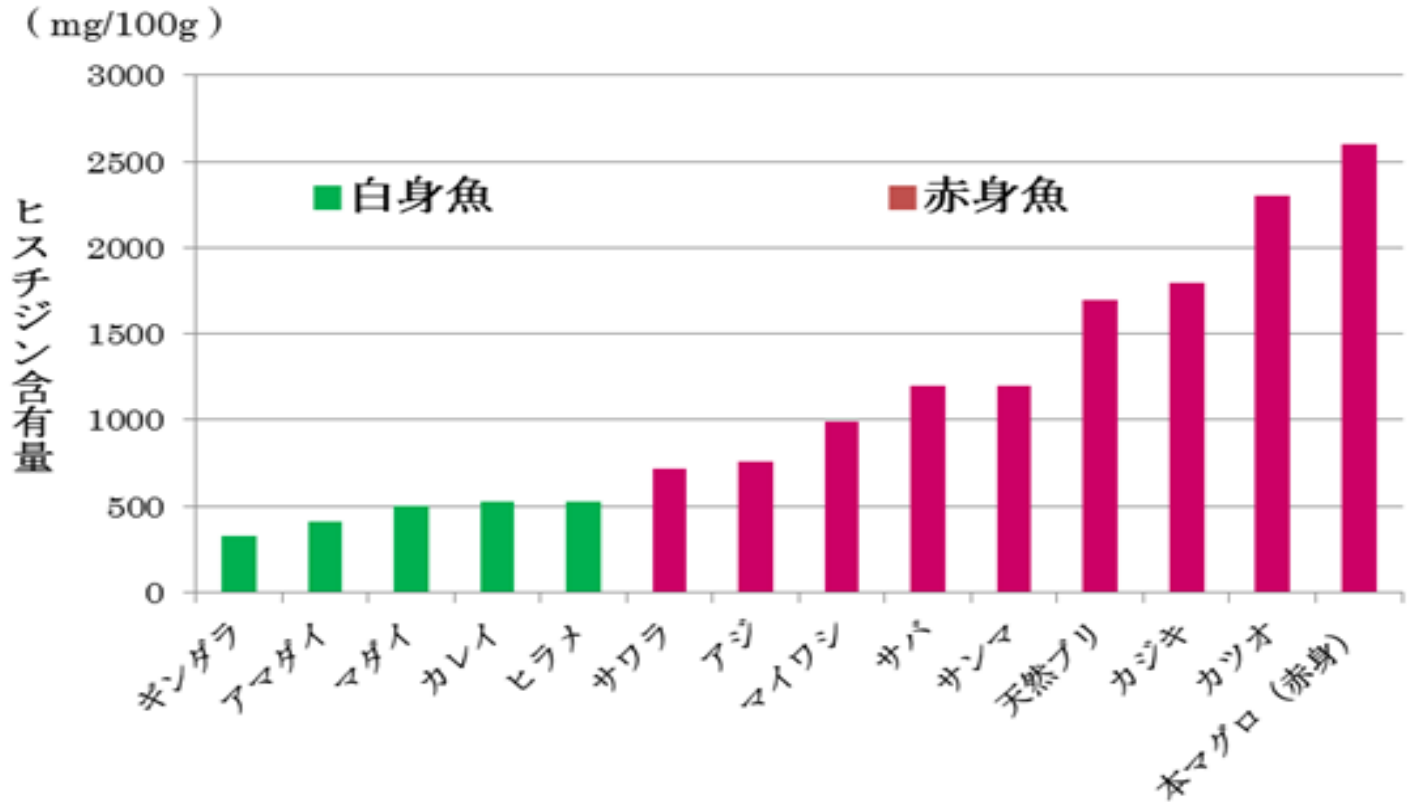
予防方法

赤身の魚や干物の鮮度、保存期間に注意する必要があります。魚を保存する場合は、速やかに冷蔵・冷凍し、常温での放置時間を最小限とします。また、冷凍魚を解凍するとヒスチジン脱炭酸酵素が急速に働き出し、ヒスタミンの生成が進むという報告があるため、再凍結は避けましょう。ヒスタミンは、加熱しても一部しか壊れません。「少しぐらい傷んでいても加熱すれば大丈夫だろう」と考えるのは大きな間違いです。

ポイント解説

ヒスタミンによる食中毒は、鮮度の低下したマグロ、カツオ、サバなどの赤身魚やその加工品（干物など）を食べた後、30～60分位で顔面（特に口のまわりや耳たぶ）が紅潮し、頭痛、じんま疹、発熱などのアレルギーに似た症状を起こします。一般の食中毒に多い下痢、おう吐などの胃腸症状があまりみられず、多くの場合は、6～10時間で回復しますが、呼吸困難や意識不明などの重症例もあります。

魚種別のヒスチジン含有量



(出典:東京都福祉保健局「食品衛生の窓」)

(4) 微生物による食中毒の予防 ▶ 食中毒予防の3原則

食中毒予防の3原則

- ・ 持ち込まない
- ・ 拡げない

つけない

清潔

増やさない

温度管理

やっつける

加熱

ポイント解説 ◀ 微生物による食中毒は、その原因となる細菌やウイルスが食品を介して、体内へ侵入することによって発生します。1) 細菌やウイルスを食品につけない、2) 食品中の細菌を増やさない、3) 食品中の細菌やウイルスをやっつけるという3つのポイントを食中毒予防の3原則といいます。

エタノールの濃度（水分量） と殺菌効果

エタノール濃度 (V/V%:容量%)	死滅に 要する時間
100	50秒
90~60	10秒
50	20秒
40	60秒
30	60分
20	180分

エタノールは100%より70%
の方が殺菌力高い

エタノール100%



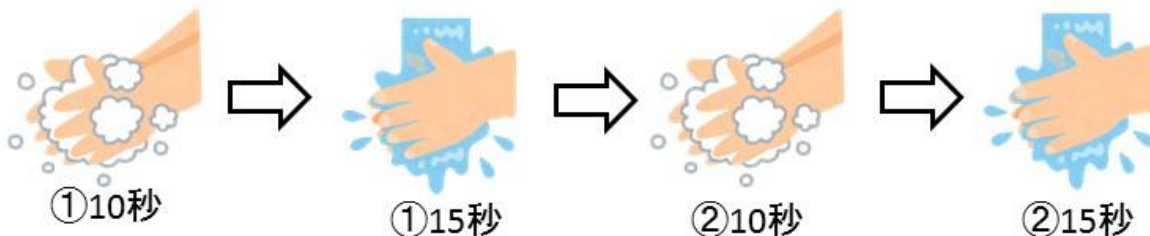
エタノール70%



手洗いの目安

	手洗いの方法	残存ウイルス数 (手洗いなしと比較した残存率)
A	手洗いなし	約1,000,000個
B	流水で15秒手洗い	約10,000個 (約1%)
C	ハンドソープで10秒又は30秒もみ洗い後、 流水で15秒すすぎ	約100個 (約0.01%)
D	ハンドソープで60秒もみ洗い後、 流水で15秒すすぎ	約10個 (約0.001%)
E	ハンドソープで10秒もみ洗い後、 流水で15秒すすぎを2回繰り返す	約数個 (約0.0001%)

手洗いの時間・回数による効果（ノロウイルスの代替指標としてネコカリシウイルスを用い、手洗いによるウイルス除去効果を検討）（森功次 他 2006）



32ページ

～

60ページ

- 施設・設備の衛生管理
- 食品の衛生的な取扱い
- 食品取扱者の衛生管理

||

一般的な衛生管理

Chapter 3

公衆衛生学



日本国憲法 第25条

- ① すべての国民は、健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する。
- ② 国は、すべての生活部面について、社会福祉、社会保障及び公衆衛生の向上及び増進に努めなければならない。