

平成 17 年 5 月 25 日

はっする



福井県嶺南振興局若狭健康福祉センター

昨年は若狭管内では 1 件、福井県内では 9 件発生！

いよいよ食中毒の季節です。予防に努めましょう！

予防の基本は・・・

菌をつけない

- ☆ 調理の前には必ず石鹸で手を洗う。 ⇒
- ☆ 傷のある手で調理する時は、ゴム手袋をする。
- ☆ 調理器具は汚れを落として消毒を。

手と調理器具は
いつも清潔に！

菌を増やさない

- ☆ 冷蔵庫内は 10 度以下を保つ。
- ☆ 自然解凍は避ける。 ⇒
- ☆ 料理中の物や残り物は放置しない。

食品はすぐに冷却、
すばやく解凍！



菌を殺す

- ☆ 食品はしっかり加熱。加熱状態は中まで確認。
- ☆ 調理済みのレトルト食品や冷凍品も、よく加熱。 ⇒
- ☆ 残り物を温めるときも十分に加熱。

しっかり加熱。
中まで加熱



その他にも、ボツリヌス菌、ブドウ球菌、ウェルシュ菌、ノロウイルスなどがあります。

福井県感染症発生動向調査速報 (5月上旬)

○ 届出の報告はなし。

○ 編集後記 ○

いよいよ蒸し暑くなり、梅雨に入る 6 月は、食中毒が増える時期です。施設ではもちろんですが、みなさんひとりひとりが予防に心がけるようにしましょうね。

間違っても、私のように前の日からお弁当を作って置いておくことはやめましょう

(^ ^ ;)

◎食中毒を起こす菌・ウイルスの基礎知識◎

腸管出血性大腸菌

潜伏期間：4～8 日。症状：下痢、腹痛、嘔吐等
感染ルート：加熱不十分な肉や生の芽野菜等

カンピロバクター

潜伏期間：1～7 日。症状：下痢、腹痛、頭痛等
感染ルート：鶏ささみ、肉の生焼け、サラダ等

腸炎ビブリオ

潜伏期間：2 時間～2 日。症状：下痢、激しい腹痛
嘔吐等。感染ルート：生の魚介類

サルモネラ属菌

潜伏期間：8 時間～2 日。症状：腹痛、発熱、下痢
感染ルート：汚染された卵や食肉、その加工食品

発信者 若狭健康福祉センター

健康増進課 担当 清水 久美子

TEL : 0770-52-1300

FAX : 0770-52-1058

MAIL : k-shimizu-47@pref.fukui.lg.jp

○ ご意見・ご感想お待ちしております！