

# 意外に多い?野菜による食中毒 ~そのまま食べる野菜の管理~

## 生野菜や浅漬けによる食中毒に注意!

野菜は育てている環境(土壌や堆肥など)から、いろいろな細菌に汚染されている可能性があります。全国でも大規模な食中毒事件が発生しています。

そのまま喫食する生野菜や、塩分濃度が低い浅漬けは、加熱や発酵をする工程がないため、細菌が残っている可能性があります。提供する際は、食中毒にならないよう取扱いに注意しましょう。



### 「浅漬け」食中毒

原因食品 「浅漬け」

原因物質 O157

患者数 169名

死者:8名

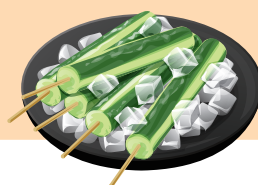


### 「きゅうり」食中毒

原因食品 「冷やしきゅうり」

原因物質 O157

患者数 510名



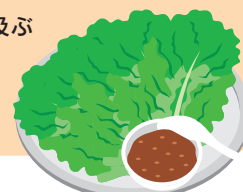
### 「サンチュ」広域食中毒

原因食品 「サンチュ」

原因物質 O157

患者数 20名

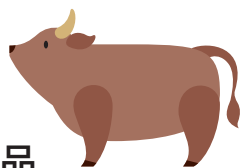
患者は4自治体に及ぶ



## 主な食中毒の特徴・症状など

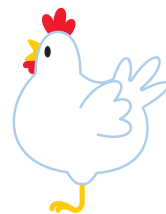
### 腸管出血性大腸菌(O157など)

- もともと、牛などの家畜の腸管内に生息している
- 食肉のほか、野菜が原因食品になることもある
- 激しい腹痛、下痢(場合により血便)などを起こす
- 重症化し、溶血性尿毒症症候群(HUS)を発症、死亡することもある



### サルモネラ

- 動物、爬虫類、両生類などに広く存在している
- 原因食品として、鶏肉や野菜サラダが多い
- 下痢、腹痛、発熱、嘔吐、頭痛などを起こす
- 重症化し、子どもは意識障害、高齢者は急性脱水症を起こすこともある



予防方法は裏面へ

# 野菜による食中毒 予防のポイント

野菜を取り扱うときは、次の点に注意しましょう

## ① 野菜は十分に洗浄

野菜に付いた土や汚れを落とすために、**流水で十分に洗**いましょう。

- きゅうりなどは1本ずつ洗う
- 葉物は1枚ずつはがして洗う
- ヘタやイボの周りは入念に洗う



## ② 野菜の消毒

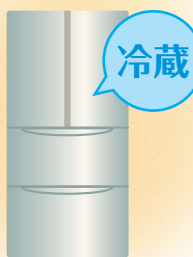
野菜についている細菌は、**適切な方法**で消毒しましょう。

- 消毒には食品添加物の表示があるものを使う
- 次亜塩素酸ナトリウムの場合は、200ppm(0.02%)で5分 又は 100ppm(0.01%)で10分浸す
- 消毒後は十分に流水洗浄する

## ③ 器具の洗浄・消毒

使用した器具（包丁、まな板など）には汚れや細菌がついています。**使用する度に**洗浄・消毒をしましょう。

- 生で食べる野菜の下処理は一番先に行う
- 生肉などに使用した包丁やまな板をそのまま使用しない
- 洗浄後に消毒をする
- スポンジなども消毒する



## ④ 冷蔵庫で保存

細菌が増殖しないよう、**冷蔵庫(10℃以下)**で保存しましょう。

- 浅漬けの漬け込み・保存も冷蔵で行う
- 氷水で保管する場合は、氷を切らさないこと
- 氷の上に並べるだけでは十分に冷えない

## 消毒液の作り方

(例)次亜塩素酸ナトリウム(100ppm)の場合

①消毒液と表示した2ℓボトルに水を半分ほど入れる



1杯弱 (3.3ml)  
※キャップ1杯 約5ml



②2ℓボトルのキャップに6%の原液を1杯弱とり、2ℓボトルに入れる

③水を加えて全体を2ℓにし、ふたをして静かに混ぜ合わせる。



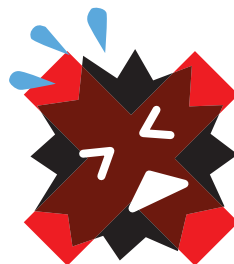
原液(濃度)

6%

原液3.3mlに水を加えて2ℓにする

12%

原液1.7mlに水を加えて2ℓにする



… 詳しくは、お近くの保健所へお問い合わせください …