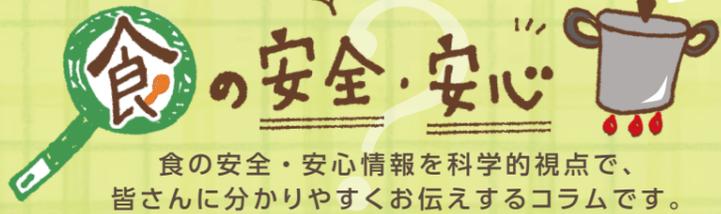


教えて！森田さん



食の安全・安心情報を科学的視点で、皆さんに分かりやすくお伝えするコラムです。

今月のテーマ

身近で危険な食中毒に 要注意

家庭にも潜む食中毒の危険

腹痛、下痢、おう吐などの症状が出る食中毒は、食品に含まれる細菌やウイルスが原因で起こり、時に命を奪うこともあります。国が発表する統計によると、毎年数万人が食中毒にかかっており、2016年には腸管出血性大腸菌O-157で10人の方が、ここ数年は野草などの誤食で数人の方が命を落としています。統計では飲食店や施設などでの発生報告が多いのですが、実は家庭でも多く発生しており、台所での食中毒予防が大切です。

細菌、ウイルスによる食中毒

ひとくちに食中毒と言っても、その原因はさまざまです。1つは細菌で、代表的なものは腸管出血性大腸菌（O-157、O-111など）やサルモネラ属菌など。温度や湿度などの条件が揃うと食べ物の中で増殖し、夏場（6～8月）に多く発生します。菌によって潜伏期間や症状が異なり、たとえばカンピロバクターは潜伏時間が1～7日間とやや長く、感染した数週間後に手足の麻痺や呼吸困難などを起こす「ギラン・バレー症候群」を発症する場合があります。カンピロバクターは生や加熱不足の鶏肉が主な原因です。

もう1つはウイルスで、ノロウイルスが代表的です。細菌のように食べ物の中では増殖しませんが、体内に入ると人の腸管内で増殖し、食中毒を引き起こします。低温や乾燥した環境中で長く生存し、冬場（11～3月）に多く発生します。調理者から食品を介して感染するケースが多く、他に二枚貝に潜んでいることもあります。

2013年以降、カンピロバクター、ノロウイルス、アニサキスが食中毒の原因物質の上位3位を占めています。アニサキスは生鮮魚介類につく寄生

虫で、食後数時間から数日後に激しい腹痛を起こします。この他にも毒キノコやフグなどの「自然毒」なども原因となります。

食中毒の予防3原則

家庭で食中毒を予防するには、「つけない」「増やさない」「やっつける」の3原則を守ることが大切です。細菌やウイルスを「つけない」ようにきちんと手洗いをして、食器用スポンジやふきん、シンク、まな板などを清潔に保ちましょう。次に「増やさない」では、冷蔵保存がポイント。食材はすぐに冷蔵庫に入れて、庫内の温度が上がらないよう詰めすぎにも注意が必要です。「やっつける」は加熱殺菌が大事で、特に肉料理は中心までよく加熱するようにしましょう。アニサキスも冷凍や加熱で予防できます。

ちなみに新型コロナウイルスは、食品を介して感染することはないとされていますので、食品について神経質になる必要はありません。とはいえ、きちんとした手洗いが大事という点では、感染予防も食中毒予防も同じこと。こうした習慣が私たちの身を守ることにつながるのです。

執筆者 PROFILE

消費生活コンサルタント
もりたまき
森田 満樹



（一社）Food Communication Compass代表。東京海洋大学非常勤講師。食品安全、食品表示、消費者問題について講演や執筆活動を行っており、消費者庁や厚生労働省の検討会の委員も務める。著書は『新しい食品表示がわかる本（女子栄養大学出版部）』『食品表示法ガイドブック（ぎょうせい）』など。

vol.15

くらしの 安全・安心

今月のテーマ

新型コロナウイルスに 便乗した悪質商法にご用心！

安全・安心な暮らしを支えるために、暮らしに潜む消費者トラブルから身を守るための情報を、京都府消費生活安全センターからお届けします。



消費者庁 消費者ホット
ライン188 イメージ
キャラクター「いやや」

新型コロナウイルス感染症に便乗した悪質商法によるトラブルが増えています！

事例1

「マスクが買えるWebサイトがある」というSNSの広告を見てマスクを注文したが、不審なので解約したい

SNSの書き込みや広告の内容を鵜呑みにせず、リンク先の通販サイトの表示や注文手続きに不審な点はないか慎重に確認しましょう。もし、不審なWebサイト上でクレジットカード番号を入力してしまった場合、早急にクレジットカード会社に連絡しましょう。

事例2

金融機関の職員を名乗る電話があり「新型コロナウイルスの関係で確認しないといけない。口座番号と暗証番号を教えてください」との電話が掛かってきた

金融機関や公的機関の職員を名乗る怪しい電話や、心当たりのない送信元からの怪しいメールやSMSが届いても反応しないようにしましょう。

※SMS…ショートメッセージサービスの略。携帯電話同士で電話番号を宛先にしてメッセージをやり取りするサービスのこと

不審に思った場合や、トラブルにあった場合は、すぐに消費者ホットライン「188」へご相談ください！

消費者ホットライン（全国共通）
（お近くの消費生活センターにつながります）
いやや！
188
（局番なし）

京都府消費生活安全センター

消費生活相談 ☎075-671-0004
9：00～16：00（平日）※年末年始休

土日祝日相談（緊急のみ）☎075-257-9002
10：00～16：00（土日祝）※年末年始休

京都生協 検査・点検報告 残留放射性物質の検査の詳しい内容を京都生協ホームページで公開中！

株式会社横江ファーム 産直「小松菜」産直「かっちゃんの野菜」

産直「小松菜」産直「かっちゃんの野菜」は、滋賀県草津市にある株式会社横江ファームで作られています。栽培には、防虫ネットや地域での一斉害虫捕獲など農薬を減らす努力や、土壌診断を活用して化学肥料を減らす努力をされています。施設や資料・記録などで安全に生産されていることを確認しました。



▲農薬は施設された保管庫に入れられています。種類などできれいに整理・整頓され、こぼれたりしないように管理されていました。抜粋で台帳と実物の数量が一致することも確認しました。



▲一つひとつ丁寧に手作業で土をめぐり、外側の葉を取り除いています。作業場や作業者などが衛生的に管理されており、異物混入防止にも注意されていることを確認しました。

（3月度検査結果）

農産物残留農薬検査	20 検体	
米の残留カドミウム検査	3 検体	
卵質検査	757検体	
鶏卵サルモネラ検査	11検体	
微生物検査	店舗調理商品	143件
	京都生協コープ商品 その他	33 件 113 件
	京都協同食品 プロダクト(株)商品	4 件
残留放射性物質検査	4 件	

京都生協の点検項目・検査基準に照らし安全に供給できることを確認しました。



京都生協ホームページでも産直商品・京都生協コープ商品の産地・工場点検の様子をお知らせしています

