



## 『 食中毒について 』

食中毒には、病原性大腸菌O157に代表されるような細菌によるもの、毒キノコやフグなどの自然毒によるものなどがあります。

とりわけ発生の多いのが細菌による食中毒で、全食中毒のうち90%程度を占めています。また、食中毒というと、レストランなどの飲食店での食事が原因と思われがちですが、厚生労働省に報告のあったケースだけをみても、家庭の食事が原因であったものが、全体の20%近くを占めていたのだそうです。

細菌は未調理の肉類、魚介類に繁殖しやすく、まな板に付いたとしても、肉眼では見えません。しかし、調理の手順をきちんと行えば細菌による食中毒を予防することができます。

厚生労働省のホームページに掲示してある食中毒予防のポイントは、

生鮮食品は新鮮な物を購入。

食材の保存方法に注意。

台所を整頓し、包丁やまな板を清潔に。

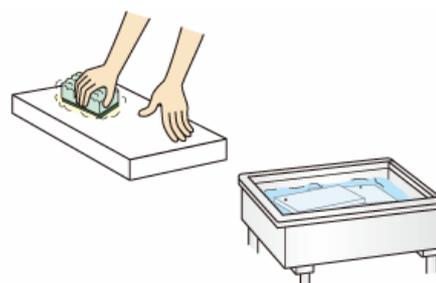
加熱を十分に。

食事の前には手を洗う。

残った食材の保存方法に注意。

の6つです。

是非チェックしてみましょう。



鹿児島厚生連病院  
内視鏡センター科部長  
宮原 広典