

肉の生食は、やめましょう



牛や豚、鶏などの生肉、生レバーには食中毒を起こす色々な細菌が潜んでいる可能性があります。



腸管出血性大腸菌

(O111やO157等)

食中毒の中でも重症化しやすく、激しい下痢、血便に加えて腎不全や意識障害を伴う溶血性尿毒症症候群（HUS）を起こすことがあります。平成8年には全国で10,000名以上が発症し、小学生を含む8名が死亡。平成14年には9名が、平成23年には6月までに4名の命が奪われています。京都府内でも令和4年に1名が亡くなりました。ユッケなど肉の生食を原因とする事例が多くを占めています。



カンピロバクター属菌

下痢、腹痛のほか、手足や呼吸筋が麻痺する恐ろしい後遺症（ギラン・バレー症候群）を起こすこともあります。日本で起こる細菌性食中毒の中で発生件数が最も多く60%以上を占めます。京都府でも飲食店で提供された鳥刺しやタタキを原因と疑われる事例が確認されています。

サルモネラ属菌

加熱不足の肉類や卵を原因とした集団食中毒を起こすことが多く、重症化すると高熱、激しい腹痛や血便を起こします。京都府では平成16年にこの食中毒で1名が亡くなりました。

これらの菌はごく少数でも食中毒を起こすため
「新鮮な肉だから安全」とは限りません!!!

安全に肉類を食べるためには ▶▶▶

裏面

安全に肉類を食べるためには



ユッケやレバ刺し、鶏刺しなど生の食肉は食べないようにしましょう。
特に、子どもや抵抗力の弱っている方には生肉だけでなく、肉のタタキなどの半生食肉も食べさせないようにしてください。
健康な人では何も症状が出なくても、子どもやお年寄りなどは命に関わってくる危険性もあります。



危険 生肉に潜む菌が包丁、まな板、箸や手指を介して他の食品にうつることも

予防

- 生肉用の調理器具と、サラダなどそのまま食べるもの用の調理器具は使い分ける。
- 店や家庭で焼肉、バーベキューを食べるときは生肉をさわる箸やトングを別に用意する。
- 調理器具は使用後よく洗剤で洗い、熱湯や塩素系消毒剤で消毒する。
- 肉を扱った後に他の食材を触る時や、食事の前は手をしっかり洗う。

危険 中まで火を通せば菌は死滅しますが、加熱が不十分な場合は生き残ります

予防

- 焼肉以外に、ハンバーグや煮込み料理等も肉の中の色が変わるまでしっかり火を通す（中心温度75℃で1分以上加熱すれば菌は死滅する）。
- 調理済み食品は室温に放置せず、早く食べる。保存する場合は冷蔵庫に入れる。

お問い合わせ先

名称	所在地	電話番号
乙訓保健所 環境衛生課	向日市上植野町馬立8	075-933-1241
山城北保健所 衛生課	宇治市宇治若森7-6	0774-21-2912
山城南保健所 環境衛生課	木津川市木津上戸18-1	0774-72-4302
南丹保健所 環境衛生課	南丹市園部町小山東町藤ノ木21	0771-62-4754
中丹西保健所 環境衛生課	福知山市篠尾新町一丁目91	0773-22-6382
中丹東保健所 環境衛生課	舞鶴市字倉谷1350-23	0773-75-1156
丹後保健所 環境衛生課	京丹後市峰山町丹波855	0772-62-1361
京都府健康福祉部生活衛生課	京都市上京区下立売通新町西入敷ノ内町	075-414-4759