

腸管出血性大腸菌による食中毒に注意しましょう！

全国で、腸管出血性大腸菌による食中毒が発生しています。腸管出血性大腸菌食中毒の多くは、食肉（牛レバー料理、焼肉、ユッケ等）と関係しています。

腸管出血性大腸菌とは？

- 大腸菌は家畜や人の腸内に常在する細菌で、その多くは無害ですが、腸管出血性大腸菌はベロ毒素を出して、感染すると出血を伴う腸炎や尿毒症（溶血性尿毒症症候群）などの重い症状を引き起こします。
- 腸管出血性大腸菌には、代表的な 0157 のほかに、026、0111、0128 など多くの種類があります。

予防方法は？

腸管出血性大腸菌は熱に弱く、75℃1分間以上の加熱で死滅します。

食中毒を予防するため、次のことに気を付けましょう。

- **肉類の生食は避けましょう！**
生食用と表示されている以外の食肉は、生食を避けましょう。
また、生食用と表示されている食肉であっても、高齢者及び乳幼児、抵抗力の低下している方は生食を避けましょう。
- **肉類は中心部まで十分加熱しましょう！（75℃1分間以上）**
ハンバーグ、結着処理（肉塊やひき肉を容器に詰めて凍結・成形した後、一定の厚みに切る）、筋切り、味付け加工された食肉は、肉の内部まで細菌が入り込んでいることがあるので、肉の中心部の色が変わるまで十分に加熱しましょう。
- **「箸の使い分け」をしましょう！**
腸管出血性大腸菌は感染力が強いため、ごく少量の菌でも感染・発症することが知られています。焼肉やバーベキューをするときは、生肉をつかむ調理用の箸と、食べる箸を別々にして、生肉を取った箸を口に入れないようにしましょう。

参考

- [腸管出血性大腸菌による食中毒](#)（厚生労働省のページへ）

このページに関するお問い合わせ先

[県南保健福祉事務所\(県南保健所\)](#) 衛生推進課食品衛生チーム

〒961-0074 福島県白河市郭内 127 TEL0248-22-5487 FAX0248-23-1252