

# カンピロバクター

## 食中毒に注意！

No.R4-04

(R4.7.25 発行)

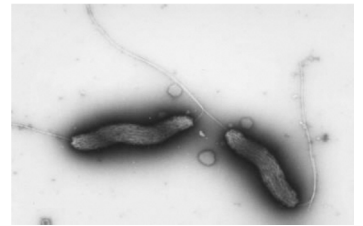
食肉の加熱不足を原因とするカンピロバクター食中毒が全国で多く発生しています。適切に取り扱い、十分な加熱調理をして、安全に食べましょう。

### カンピロバクターとは？

- ・ニワトリや牛、豚等多くの動物が常在菌として保菌しています。
- ・菌の量が少なくても食中毒が発生します。

例えば…黄色ブドウ球菌 10万～100万個 カンピロバクター 数100個！

- ・加熱や乾燥に弱く、十分加熱調理すれば死滅します。
- ・鶏肉は汚染率が高い！



カンピロバクターの電子顕微鏡写真  
(提供:国立医薬品食品衛生研究所)

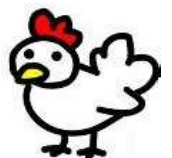
食鳥処理後の鶏肉で  
カンピロバクターが見つかる割合

**67.4%**(91/135 検体)

厚生労働科学研究報告「食品製造の高度衛生管理に関する研究」

**特に鶏肉に注意！新鮮な鶏肉でも菌は付着しています**

### カンピロバクター食中毒の症状は？



【食べてから発症するまでの期間】 1～7日間（平均2～3日）

【症状】 下痢、激しい腹痛、発熱、悪心、嘔吐、頭痛、悪寒、倦怠感

- ◆ 乳幼児、高齢者、抵抗力の弱い方は、重症化する危険性があります。
- ◆ 感染して数週間後に「ギランバレー症候群」（手足の麻痺、顔面神経麻痺、呼吸困難等）を発症することもある。

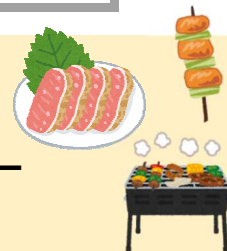
## どのくらい発生しているの？

カンピロバクター食中毒は、近年、細菌性食中毒の中で最も多く発生しています。

全 国	H29	H30	R 1	R 2	R 3
発生件数（件）	320	319	286	182	154
患者数（人）	2,315	1,995	1,937	901	764

### 【主な原因】

- ・ 鶏のささみの刺身・タタキなど、鶏肉の生食メニュー
- ・ バーベキューにおける加熱不十分な食肉
- ・ 手指や調理器具による二次感染を受けたサラダなどの食品



**「新鮮＝生食用」ではありません！**

## 予防方法は？



- ▼ **食肉はしっかり加熱**しましょう。  
(中心温度が75℃で1分以上、中心部の色が変わるのが目安です。)
- ▼ 生肉の処理に使用した**包丁、まな板等はよく洗い熱湯などで消毒**しましょう。
- ▼ 調理時は生肉を**他の食材と区別して扱**いましょう。
- ▼ 調理した後は**十分に手を洗**ってから他の食品を取り扱しましょう。

