

ご意見をお寄せください

食品安全FAQ > 二日目のカレーが好きなのですが、食中毒の危険があると聞きました。本当ですか？



FAQのカテゴリを選択してください。

- 東京都の取組について
- 放射性物質に関すること
- 輸入食品に関すること
- 残留農薬に関すること
- 食品添加物に関すること
- 食品表示に関すること
- 食中毒に関すること
- 健康食品に関すること
- その他に関すること

Q

二日目のカレーが好きなのですが、食中毒の危険があると聞きました。本当ですか？

(2018/1/5)

A

・食中毒の危険があるのは本当ですが、きちんと対策すれば心配ありません。

詳細



【二日目のカレーでなぜ食中毒？】

- ・カレーを調理後、時間が経ってから食べることで、ウェルシュ菌という細菌による食中毒を起こすことがあります。
- ・カレー以外でも、シチュー、肉じゃがなど、大鍋で作った料理が原因となることが多くあります。

【ウェルシュ菌ってなに】

- ・ウェルシュ菌はもともと動物の腸管内、土壌等自然界に広く存在しています。
- ・ウェルシュ菌は、加熱調理しても、芽胞という殻を作って生き残る性質があります。
- ・このため、カレーなどを調理した後、常温で保管していると、芽胞となって生き残ったウェルシュ菌が、温度が下がり増殖に適温となった食品の中で活発に増えてしまいます。それをそのまま食べてしまうことで食中毒が起こります。

【ウェルシュ菌食中毒はこうやって予防！】

(1)ウェルシュ菌を増やさない。

- ・ウェルシュ菌を増やさないよう、前日調理は避ける。加熱調理後はなるべく早く食べましょう。
- ・やむを得ず、調理後保存する場合は、食品がウェルシュ菌の増殖しやすい温度帯(12～50℃。特に43～45℃で活発)にある時間を短くしましょう。例えば、小さな容器に小分けするなどして、なるべく早く冷蔵庫に入れましょう。

(2)増えたかもしれないウェルシュ菌を殺して減らす。

- ・ウェルシュ菌は、加熱後温度が下がった食品中では、通常、芽胞ではなく熱に弱い栄養体で生存しています。このため、加熱調理で菌の数を減らすことができます。菌の数が少なくなれば、食中毒のリスクも低くなります。
- ・一度保存したカレーなどを食べる前には、殺菌のため、グツグツするまで再加熱しましょう。また、全体に熱がいきわたるよう、よくかき混ぜながら加熱しましょう。

★ 参考ホームページ

東京都福祉保健局「ウェルシュ菌」

このFAQについて

このFAQのご感想をお聞かせください。

お寄せいただきましたご意見は、今後のFAQ改良に反映したいと考えております。お気軽にご意見をお寄せください。

ご参考になりましたか？

とても参考になった 参考になった 参考にならなかった まったく参考にならなかった

このFAQのご感想はいかがですか？ご感想をお聞かせください。

入力内容を送信



食品安全FAQ > 一度加熱調理すれば食中毒は予防できますか？



FAQのカテゴリを選択してください。

- 東京都の取組について
- 放射性物質に関すること
- 輸入食品に関すること
- 残留農薬に関すること
- 食品添加物に関すること
- 食品表示に関すること
- 食中毒に関すること
- 健康食品に関すること
- その他に関すること

Q

一度加熱調理すれば食中毒は予防できますか？

A

・加熱調理した料理を原因とした食中毒が実際に起こっています。
 ・食中毒を起こす細菌等は、加熱で殺菌できるものが多いのですが、中には、熱に強い殻(芽胞)や毒素を作るものもいて、これらが加熱調理した食品による食中毒の原因となることがあります。

(2018/1/)

詳細

	食中毒の原因食品	主な症状	予防方法
ウェルシュ菌	煮込み料理、カレー、シチュー、スープ、麺つゆ等	腹痛、下痢等	1.加熱調理後は早く食べる。前日調理は避ける。 2.大量調理した食品を保存するときは、小さな容器に小分けしてから冷却し、保存する。 3.保存後、食べる直前に、かき混ぜながらグツグツするまで再加熱する。
セレウス菌	焼飯、ピラフ、焼きそば、スパゲッティ等	吐き気、おう吐、腹痛、下痢	1.大量調理した米飯やめん類を作り置きしない。 2.穀類等が原料の食品は、調理後保温庫に入れるか、小分けして低温保存(8℃以下)する。
ボツリヌス菌	ビン詰、缶詰、容器包装詰め食品(ビン詰、缶詰は特に自家製のもの)等	吐き気、おう吐、視力障害、言語障害、えん下困難、呼吸麻痺等	1.レトルトパウチ食品のような常温保存可能と思われるものでも、保存方法の表示を確認する。 2.真空パックや缶詰が膨張している、異臭があるときは絶対に食べない。 3.食べる前に加熱*する。 ※80℃30分間の加熱処理又は中心温度85℃に到達後室温30分保持で毒素は失活
黄色ブドウ球菌	おにぎり、寿司、肉・卵・乳などの調理加工品等	吐き気、おう吐、腹痛等	1.手指に切り傷や化膿巣のある人は、食品に直接触れたり、調理をしたりしない。 2.調理前に手指を洗浄・消毒する。 3.調理時は、帽子やマスクを着用する。 4.調理後の食品は10℃以下で保存する。

加熱調理した食品でも食中毒を起こす主な細菌

★ 参考ホームページ

このFAQについて

このFAQのご感想をお聞かせください。

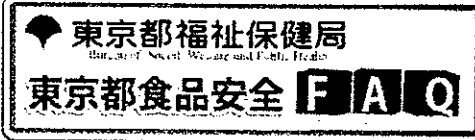
お寄せいただきましたご意見は、今後のFAQ改良に反映したいと考えております。お気軽にご意見をお寄せください。

ご参考になりましたか？

とても参考になった 参考になった 参考にならなかった まったく参考にならなかった

このFAQのご感想はいかがですか？ご感想をお聞かせください。

入力内容を送信



食品安全FAQ > 弁当用そうざいの冷凍食品を冷凍のまま弁当に入れても大丈夫ですか？



FAQのカテゴリを選択してください。

- 東京都の取組について
- 放射性物質に関すること
- 輸入食品に関すること
- 残留農薬に関すること
- 食品添加物に関すること
- 食品表示に関すること
- 食中毒に関すること
- 健康食品に関すること
- その他に関すること

Q

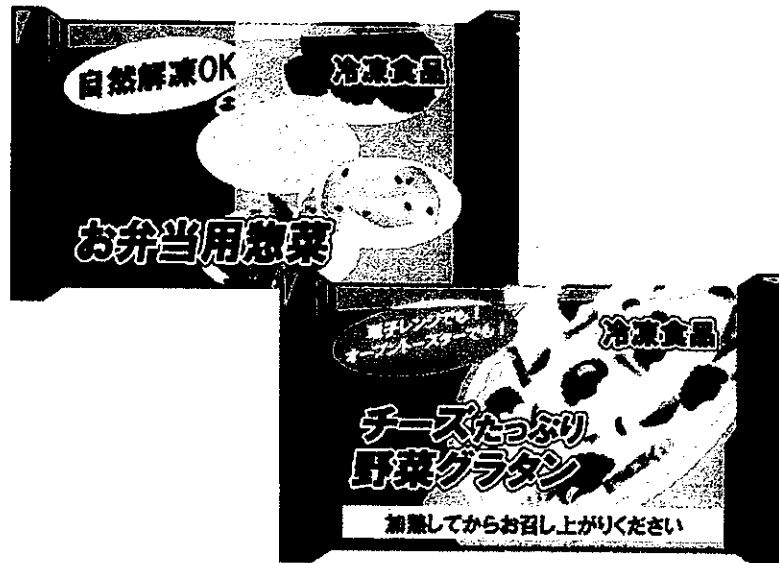
弁当用そうざいの冷凍食品を冷凍のまま弁当に入れても大丈夫ですか？

(2018/2)

A

・弁当用そうざいの冷凍食品に、「自然解凍可能」な旨の表示があるか確認し、表示がない場合は、自然解凍での利用はやめましょう。
 ・また、「自然解凍可能」な弁当用そうざいの冷凍食品が入っていても、弁当はできるだけ冷やして持ち運び・保管し、早めに食べましょう。

【詳細】



【弁当用そうざいの自然解凍には、衛生面の課題がある】

- ・弁当は、持ち運びや保管で長時間、低温管理が不十分な状態に置かれる可能性があるため、弁当用そうざいを自然解凍で加熱せずに食べるためには、製造時に厳しい衛生管理が求められます。
- ・一般社団法人日本冷凍食品協会では、一般家庭向けの「自然解凍可能」な弁当用そうざいの冷凍食品について、品質・衛生面で消費者の不安が生じないよう衛生管理等のルールを設けています。

【弁当用そうざいの冷凍食品は表示をよく見て利用しましょう】

- ・弁当用そうざいの冷凍食品を弁当に利用する際は、商品の表示（パッケージ裏面等の調理方法又は一括表示欄まで）をよく確認しましょう。
- ・次のような場合は、弁当に入れて自然解凍で利用することはやめましょう。
 - 1) 「加熱調理の必要性 加熱してください」など、食べる前に加熱が必要と記載されていた場合
 - 2) 「加熱調理の必要性 解凍してそのまま召し上がりください」など、食べる前に加熱は不要と記載されていても、「自然解凍可能」の表示がない場合（弁当に入れて自然解凍することを想定した食品ではない可能性があります。）

【<参考> 都は弁当用そうざいの冷凍食品を調査しました】

弁当用そうざいの冷凍食品には、自然解凍可能なものだけでなく、食べる前に加熱が必要なものもあり、それぞれのパッケージはよく似ています。

そこで、都は、弁当用そうざいの冷凍食品について調査しました。

調査結果

- ・「自然解凍可能」な冷凍食品かどうか判断するための表示の分かりやすさを都民に聞いた結果、「分かりやすい」が42%、「分かりにくい」が45%と、半数近くが「分かりにくい」と回答しました。
- ・スーパー等の店頭では、混在して陳列されている場合があります。
- ・細菌の増殖に適した温度で長時間保存する実験を行い、食べる時点での潜在的な微生物学的リスクを調査した結果、「自然解凍可能」と表示のあるものよりも、加熱調理が必要な冷凍食品(加熱後摂取冷凍食品)の方が、保存試験後の細菌の検出値が高い傾向があり、表示通りに利用することの重要性が明らかになりました。

*なお、弁当用そうざいだけでなく、野菜の冷凍食品にも、「自然解凍可能」と表示されたものがありますが、法令や業界団体により「自然解凍可能」と表示するための基準等は設けられていません(平成30年2月現在)。

★ 参考ホームページ

一般社団法人日本冷凍食品協会「自然解凍冷凍食品」

このFAQについて

このFAQのご感想をお聞かせください。

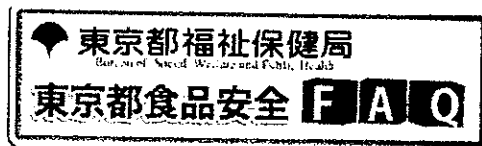
お寄せいただきましたご意見は、今後のFAQ改良に反映したいと考えております。お気軽にご意見をお寄せください。

ご参考になりましたか？

とても参考になった 参考になった 参考にならなかった まったく参考にならなかった

このFAQのご感想はいかがですか？ご感想をお聞かせください。

入力内容を送信



食品安全FAQ > ピワの種子には、有害な物質が含まれていることがあるって本当ですか？



FAQのカテゴリを選択してください。

- 東京都の取組について
- 放射性物質に関すること
- 輸入食品に関すること
- 残留農薬に関すること
- 食品添加物に関すること
- 食品表示に関すること
- 食中毒に関すること
- 健康食品に関すること
- その他に関すること

Q

ピワの種子には、有害な物質が含まれていることがあるって本当ですか？

(2018/1/5)

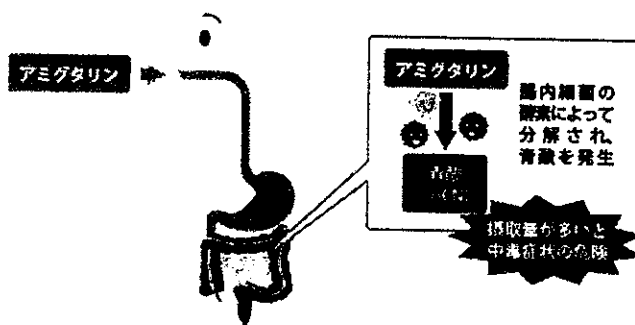
A

ピワなどバラ科の植物の種子には「アミグダリン」という物質が含まれており、大量に摂取すると中毒症状を起こす危険があります。

詳細

◆アミグダリンとは

- ・ピワ、杏、ウメ、桃など、バラ科の植物の種子や未熟な果実に天然に含まれている物質です。
- ・アミグダリンを人間が食べると、体内で毒性の強いシアン化水素(青酸)に変わります。摂取量が多いと、頭痛、めまい、悪心、おう吐などの中毒症状を起こす危険があります。



◆「アミグダリンは健康に良い」は誤り

- ・アミグダリンはかつて一部で「ビタミンB17」と呼ばれていましたが、実際は人間の代謝に必須の栄養素ではなく、欠乏症も報告されていません。そのため、現在はビタミンの定義には該当しないとされています。
- ・また一部で議論された「抗がん作用」については、アメリカの国立がん研究所が臨床研究に基づき否定しています。
- ・海外ではアミグダリンの大量摂取による、健康被害事例や死亡事例が報告されています。

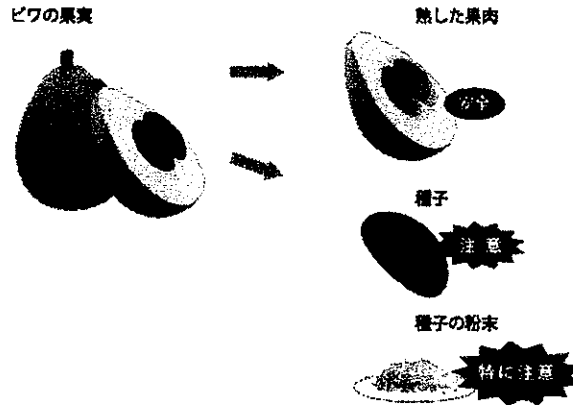
◆高濃度のアミグダリンを検出した食品も

- ・東京都では、アミグダリンが含まれる可能性のある食品の検査を行いました。
- ・その結果、ピワ種子粉末から高い値のアミグダリンを検出しました。
(最大値:アミグダリン7,200μg/g、総シアン980μg/g)

- ・このことを受け、農林水産省はホームページで「ピワの種子の粉末は食べないようにしましょう」と呼びかけるとともに、ピワの種子を利用した料理のレシピについても注意喚起を行っています。
- ・また厚生労働省は地方自治体あてに、「びわ種子粉末について、10ppm(10μg/g)を超えてシアン化合物(総シアン)が検出された場合には、原則として、食品衛生法第6条第2号(有害な物質を含む食品の販売を禁止)に該当するものとして措置すること」と事務連絡をしました。

- ・種子を乾燥して粉末に加工した食品など、一度に大量に食べられる形状の食品では特に注意が必要です。

- ◆熟した果肉は食べても大丈夫
- ・アミグダリンは果物の成熟と共に分解されるため、熟した果肉は安全に食べられます。
- ・青梅は梅干しや梅酒などに加工することで、アミグダリンが低減することが知られています。



★ 参考ホームページ

国立栄養・健康研究所「アミグダリンについて」

食品安全委員会「ピワの種子には天然の有害物質が含まれています」

農林水産省「ピワの種子の粉末は食べないようにしましょう」

このFAQについて

このFAQのご感想をお聞かせください。

お寄せいただきましたご意見は、今後のFAQ改良に反映したいと考えております。お気軽にご意見をお寄せください。

ご参考になりましたか？

とても参考になった 参考になった 参考にならなかった まったく参考にならなかった

このFAQのご感想はいかがですか？ご感想をお聞かせください。

入力内容を送信