

「新鮮だから生でも安全」は間違いです！

# STOP 食中毒



加熱  
不足



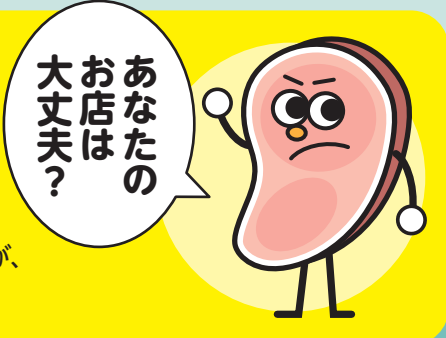
そのお肉、本当に大丈夫？

生肉  
料理



牛レバー や 豚肉 内臓を含む の  
生食用としての提供・販売は

禁止  
されています。



あなたの  
お店は  
大丈夫？

生食用の牛肉は、規格基準に適合したものに限り、提供・販売が認められていますが、食中毒に対する抵抗力の弱い子供や高齢者等への提供・販売は控えましょう！

お肉を安全に食べるために… **裏面** をチェック！



知っていますか？ お肉と関係の深い

# 主な食中毒菌・ウイルス

## 腸管出血性大腸菌

(O157やO111等)

主に原因となるお肉

**牛肉**



潜伏期間 **1~14日**

主な症状 **激しい腹痛・血便**

溶血性尿毒症症候群(HUS)を引き起こし死亡することもある。特に小児や高齢者、基礎疾患のある方は重篤化するリスクが高い。

ベロ毒素を産生し、出血性腸炎を起こす



## カンピロバクター

主に原因となるお肉

**鶏肉・牛肝臓**  
(レバー)

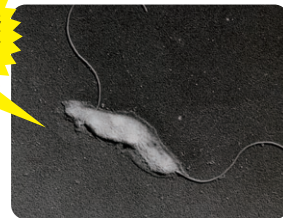


潜伏期間 **2~5日**

主な症状 **腹痛・下痢・発熱**

感染した数週間後に、手足のまひや顔面神経まひ、呼吸困難などを起こすギラン・バレー症候群を発症することがある。

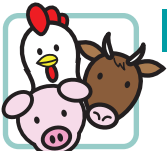
鶏肉の加熱不足による食中毒事故が多発!!



## サルモネラ属菌

主に原因となるお肉

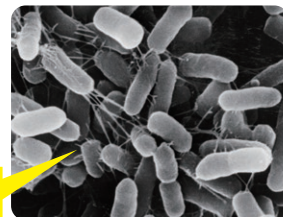
**鶏肉・牛肉・豚肉**



潜伏期間 **8~72時間**

主な症状 **激しい腹痛・下痢・おう吐**  
**発熱(38~40度)**

動物の腸管や河川、下水など自然界に広く分布



## E型肝炎ウイルス

主に原因となるお肉

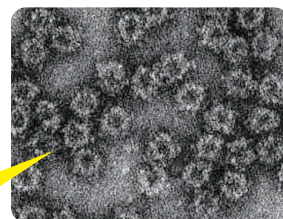
**豚肉・イノシシ肉・シカ肉**



潜伏期間 **2~9週間**

主な症状 **発熱・吐き気・腹痛・黄疸・肝腫大**など  
妊婦では劇症化しやすい。

ヒトの肝臓内で増殖し、糞便中に排出される



## 予 防 法

### 中心部まで加熱する

お肉や食肉調理品(メンチカツやハンバーグ等)は、**中心部の色が完全に変わるまで、しっかり加熱**しましょう。  
(加熱目安: 中心部温度 75°C・1分以上)

### 調理器具の使い分け

お肉を扱う調理器具は**専用のもの**を用意し、サラダなどの加熱しないで食べる食品の調理器具と使い分けましょう。

### 洗浄・消毒

トイレの後、調理の前、盛り付けの前には**十分な手洗い**を行いましょ。お肉を扱った手指や調理器具は**その都度洗浄消毒**しましょう。