

# 年末年始、お肉は「よく焼きで！」

みなさんは、「カンピロバクター」「腸管出血性大腸菌」って聞いたことありますか。これらは、お肉によく付いている食中毒を起こす細菌です。近年、生肉や加熱不足のお肉による食中毒が増えています。



年末年始には、家族や友人との会食の機会が多くなります。お肉は「よく焼きで！」を合い言葉に、食中毒にならないように気をつけましょう。

## ○生の肉類には食中毒菌が付いています！

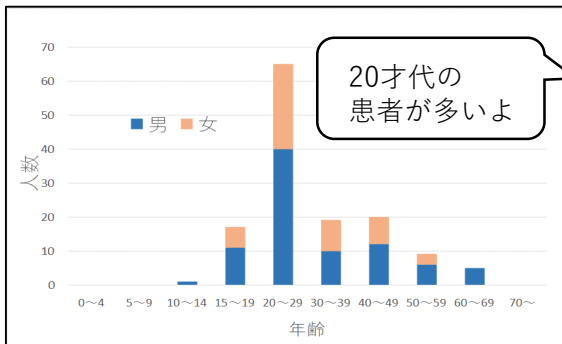


**「新鮮だから安全」ではありません**  
**食中毒になると、とても苦しいものです**  
**重症化すると命に関わることがあります**


主な病原体	主な原因食品	主な症状や特徴
カンピロバクター 	鶏肉 	<ul style="list-style-type: none"> <li>下痢、腹痛、発熱、おう吐</li> <li>市販鶏肉の20～100%からカンピロバクターが検出</li> <li>感染後に「ギラン・バレー症候群※」を発症することも</li> </ul> ※手足の麻痺、顔面神経麻痺、呼吸困難等を起こす
腸管出血性大腸菌 0157など 	牛肉 	<ul style="list-style-type: none"> <li>発熱、腹痛、下痢（水様便、血便）</li> <li>重症化すると、溶血性尿毒症症候群（HUS）や脳症などの合併症を発症する</li> </ul>

## ○食中毒の予防方法

- お肉の中心部までしっかり加熱しましょう。  
 ・お肉の内部まで、白っぽく色が変化したことを目安にしましょう。
- 調理器具等からの汚染にも注意しましょう。  
 ・焼肉等の際は、生肉用のトング等と食べる用の箸を分けましょう。  
 ・生肉に触った手や調理器具は、よく洗いましょう。
- 外食でも、よく加熱された肉料理を選んで楽しい食事にしましょう。  
 ・飲食店であっても、生又は加熱不十分な肉料理による食中毒が発生しています。



◇お問い合わせ先  
 静岡県健康福祉部生活衛生局衛生課  
 電話 054-221-3708  
 FAX 054-221-2342  
 衛生課ホームページ QR→  
 「静岡県 食中毒」で検索



静岡県のカンピロバクター食中毒患者数 (年齢別)  
 平成30年から令和4年11月末日までの集計  
 カンピロバクター食中毒事件数20件 患者数136人