

煮込み料理による 食中毒に注意しましょう

ウェルシュ菌食中毒は、食後6～18時間で腹痛、下痢などをおこします。

カレーやシチューなど、一年を通じて様々なメニューが楽しまれている煮込み料理。保存の仕方などに注意をしないと、**ウェルシュ菌による食中毒**につながるおそれがあります。主に、大量調理を行う施設で多く発生していますが、家庭においても発生の可能性があり、煮込み料理を調理・保存する際には注意が必要です。

ウェルシュ菌の特徴

- 自然界に広く生息し、肉や野菜にも付着しています。
- ウェルシュ菌の一部は高温(100℃)の中でも殻(芽胞)を作り、生き残ります。
- 食べ物とともに腸に達し、腸で毒素がつくられて食中毒をおこします。
- 次の条件に1つでもあてはまると増殖してしまいます。

増殖しやすい温度域 (12～50℃)

酸素の少ない環境



ウェルシュ菌は自然界に広く生息する細菌であるため、食品への汚染をまったくなくすことは不可能ですが、**増殖防止(増やさない)**と**加熱殺菌(やっつける)**が感染防止のための最も有効な手段となります。

予防のためのポイント

- ▶ 室温で長時間放置せず、その日のうちに食べきりましょう。
- ▶ 保存の際は、小分けするなどして、できるだけ早く冷ましましょう。
(底の浅い平たい容器や保存用の袋に小分けにすると、温度が早く下がります。)
- ▶ 温め直しなどの再加熱は、よくかき混ぜ中心部まで加熱しましょう。



煮物、カレー、シチューなどの煮込み料理だけでなく、スープ、麺つゆなどでも発生した例があるので気を付けましょう。

大津市保健所 衛生課 食の安全推進係

TEL:077-511-9203 ☆X(旧Twitter):「大津市保健所衛生課」で検索!