

# 黄色ブドウ球菌

## 食中毒に注意しましょう！

### 黄色ブドウ球菌とは？

人の鼻腔や喉、毛髪、特に手の傷口などの化膿した部分に多く存在しています。健康な人でも菌を持っています。



### 黄色ブドウ球菌食中毒

黄色ブドウ球菌に汚染された食品で菌が増殖すると、毒素が作られます。この毒素を食品と一緒に食べてしまうことにより食中毒が発生します。

※30～37℃の温度帯で活発に増殖します。

**一度作られた毒素は、加熱調理や冷凍ではなくなりません。**

潜伏期間：1～5時間

主な症状：吐き気、嘔吐、腹痛、下痢など

### 予防のためのポイント

- ▶ 調理前は、よく手を洗いましょう。
- ▶ 手にケガをしているときは、直接食品に触れたり、調理をしないようにしましょう。
- ▶ 食品は10℃以下で保存し、菌の増殖を防ぎましょう。
- ▶ 髪の毛やつばが食品に入らないように気を付けましょう。
- ▶ おにぎりを握るときはラップや、使い捨て手袋を使うと菌が付きにくく衛生的です。

