



30年10月号

検査室だより

高く澄んだ空にはいわし雲。秋です。「頑張って乗り切りましたね」とお互いをねぎらいたくなるような暑い夏でした。季節は確実に進んでいます。風邪などひかないように気を付けてください。

今回は、夏だけではない食中毒のお話です。
大手ハンバーガーショップで食中毒事件が発生しました。原因菌はO121（オーイチニイチ）です。感染源は肉なのか野菜なのか、はっきりしません。7月にも東京都の保育園でO121による食中毒が発生しています。O121とはどんな菌なのでしょう。よく耳にするO157の仲間です。下痢や発熱、腹痛など症状はO157と同じです。感染すると腸の中で「ベロ毒素」と言われる毒を産生し、出血性大腸炎の原因を作ります。ひどくなるとウンチなのか血なのかわからない下痢になります。原因になる食品は、肉、野菜、小麦粉など今まで報告されたものをみても様々です。食中毒というと「外食」のイメージがありますが、もちろん家庭でも起こります。家庭では胃腸風邪や寝冷えなどと間違われ、重症化することがあります。家庭での予防について考えてみます。まずは食品の購入時。肉や魚などの汁が他の食品につかないようビニール袋に入れて持ち帰りましょう。帰った後は、できるだけ早く冷蔵庫・冷凍庫に入れてください。でも、入れたからと言って安心するのはダメです。冷蔵庫や冷凍庫に食品がパンパンに入っていないですか？適正な温度で正しく保存することが大事です。調理の前には手をきれいに洗ってください。肉や魚を切った後のまな板で野菜を切るのはやめましょう。同じまな板を使うときはよく洗って、できれば熱湯をかけてから使うといいですね。加熱調理する食品は十分に加熱しましょう。そして「いただきます」。温かいものは温かいうちに、冷たいものは冷たいうちに食べましょう。「ごちそうさま」の後は片づけ。



余った食品は容器に小分けして冷蔵庫に入れます。時間が経ち過ぎたものはもったいないですが思い切って捨てましょう。台所を見回してください。ゴミは捨てましたか？シンクの水滴はふき取りましたか？包丁、まな板、スポンジなど汚れがひどいときは漂白剤につけてください。消毒効果があります。このように家庭でも食中毒の予防は大切です。家族みんなの健康を守ってください。



早くも「インフルエンザ」のニュースを聞きます。しっかり食べて体力をつけて風邪に負けないようにしてください。



公衆保健協会 検査室

