

家庭の食中毒予防

食中毒予防の基本は、**食中毒菌・ウイルス**を

つけない!

しっかり
手洗いを!



- 調理する前
- 肉・魚を触った後
- 食事の前

そのほか調理する順番の工夫や、肉と野菜で調理器具の使い分けを行う。

ふやさない!

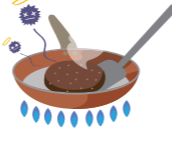
低温保存で
菌の増殖を
抑えよう!



冷凍品の解凍は冷蔵庫で行い、残った食品は室温で放置せず、冷蔵庫で保管する。

やっつける!

中心部を
75℃1分以上
しっかり加熱!



ひき肉、味付け肉、整形肉は内部にも食中毒菌がいる可能性が高いので、特に注意して火を通す。

- 飲食店利用時には、生や加熱不十分な食肉のメニューは注文しない・食べないようにしましょう。
- 焼肉やしゃぶしゃぶでは、トングや箸を「生肉用」と「加熱済み肉用」で使い分けましょう。

食中毒・感染性胃腸炎の原因となるノロウイルス

ノロウイルスは、**口から入る**ことで感染します。

主な
感染ルート

01



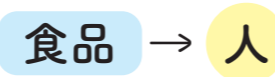
感染者のふん便、おう吐物から

02



感染者が調理した食べ物から

03



ノロウイルスに汚染された二枚貝や井戸水などから

- 「トイレの後」「食事前」「調理前」はせっけんを使用して手を洗いましょう。
- ノロウイルスに汚染されている可能性がある二枚貝(カキ、アサリ、シジミなど)は中心部を85~90℃で90秒以上加熱して食べましょう。
- 感染者のふん便、おう吐物は密封して廃棄し、汚染された可能性がある場所や手がよく触れるドアノブや手すりなどは広く消毒しましょう。
- 消毒には塩素系漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム溶液)が効果的です。

皆さまから寄せられたご意見を参考に食品衛生監視指導計画を作成しています。毎年、1月頃に意見募集を実施していますので、ぜひ、ご意見・ご要望をお寄せください。

「横浜市食品衛生監視指導計画・実施結果」本編

「横浜市食品衛生監視指導計画・実施結果」本編や、意見募集のご案内は、各福祉保健センターの窓口で配布しています。また、「食の安全ヨコハマWEB」でもご覧いただけます。

食の安全ヨコハマWEB

横浜市が運営する食の安全情報サイトです。食中毒の予防・対策に関する動画、食品衛生に関する相談窓口や、「横浜市食品衛生監視指導計画・実施結果」本編などについて掲載しています。



よくわかる! 身近な食の安全

横浜市食品衛生監視指導計画
概要版



安全・安心な
食生活のために
私たちが
できることは?

横浜市は、
どのような
取組を
しているの?

食品工場や
飲食店での
衛生管理は?

横浜市では皆さまから寄せられたご意見を参考に
食の安全・安心を守るため、さまざまな取組を行っています。

みんなで取り組む安全で豊かな食生活

食の安全は、横浜市、事業者、市民の皆さまの相互協力により守られています。安全な食品が流通すること、正しい情報を知ること、皆さまが安心して多様な食品を選ぶことができ、豊かな食生活が送れます。

横浜市の取組

① 検査

スーパーや市場などで販売される食品を抜き取り、違反している食品がないか、残留農薬、食品添加物、細菌などについて検査します。



② 監視

飲食店、食品工場、給食施設などに立ち入って、衛生状態や食品の取扱方法をチェックし、必要に応じ指導します。



③ 情報提供

市民の皆さまや、飲食店・食品工場・販売店・給食施設などの事業者の方へ、食中毒予防や食品表示について、講習会・チラシ・ウェブページを通して、広くお知らせします。



食品の製造・提供施設

飲食店、食品工場、販売店、市場など

食中毒予防、ノロウイルス対策の指導

細菌やウイルス、寄生虫などによる食中毒を未然に防ぐため、飲食店や食品工場に立ち入りし、手洗いの徹底、食品や調理器具の取扱いについて確認・指導します。



肉の提供・販売・取扱いに関する指導

カンピロバクターなどによる食中毒を未然に防ぐため、生・半生の肉を使用するメニューの危険性を伝え、肉は十分に焼いて提供するように指導します。食肉販売店には、十分に焼くことをお客さんに伝えるよう指導します。



自主衛生管理の支援

食品衛生責任者の選任や講習会の受講をすすめるとともに、HACCPに沿った衛生管理が適切に運用できるよう衛生管理計画の作成などについて支援します。



（※すべての工程において衛生管理をチェックする）
HACCPが制度化されています。

▲HACCP支援ツール

食中毒などが発生したら

医師や患者からの届出に基づいて調査を行い、原因を調べます。原因となった施設には、被害拡大防止と再発防止の指導を行い、継続的な監視指導を行います。

法律に違反した食品などには

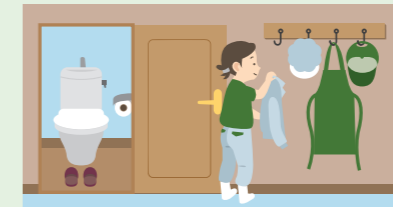
検査の結果、基準を超える細菌や残留農薬が検出された場合や、日本では使用できない食品添加物が検出された場合は、違反食品が流通しないよう、事業者へ回収や廃棄などを指導します。また、原因となった施設に対し再発防止の指導をします。

給食施設

小学校、保育所、高齢者施設など

ノロウイルス対策

調理従事者を介して広がる事例が多くあるため、従事者に対して従事前の体調確認や手洗いの徹底、トイレ使用時の着衣の交換などを指導します。



ボランティアによる食事提供サービスへの支援も実施しています

O157などの腸管出血性大腸菌対策

腸管出血性大腸菌は、感染すると重症化することがあります。生肉だけでなく、生野菜も食中毒の原因となることがあるため、十分な洗浄・消毒について指導します。



熱湯や次亜塩素酸ナトリウム溶液での消毒を推奨

食物アレルギー対策

小学校、保育所で調理された食品を検査し、アレルゲン混入防止対策に問題がないか確認します。流通食品もアレルゲンの検査を行い、食品表示が適正かチェックします。



事業者の行動

飲食店、食品工場、販売店、給食施設など

自主的な衛生管理

衛生管理計画の作成や実施結果の記録をつけるなど、HACCPに沿った衛生管理に取り組み、調理室や製造室などの衛生状態を向上するように努めます。



リスクコミュニケーション

食の安全に関する意見交換を行います。

市民の行動

情報活用

食中毒予防や食品表示の情報に関心を持ち、予防対策の実践や買い物の際に食品表示を確認するなど、食の安全に気を配ります。



チェックしよう！身近な食中毒対策



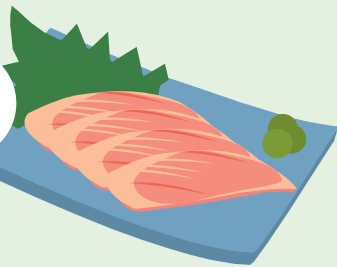
カンピロバクター食中毒の対策

鶏料理を原因とする
カンピロバクター
食中毒が多発

鶏刺しや鶏のタタキ、加熱不十分な焼鳥など、生や加熱不十分な鶏肉などを原因食品とする「カンピロバクター食中毒」が多く発生しています。

カンピロバクター食中毒を予防しよう！

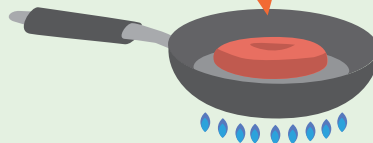
お店
で注意！



生や加熱不十分な食肉のメニュー（鶏刺しや鶏のタタキなど）は注文しない・食べない。

家庭
で注意！

中心部を
75℃1分以上



中心部まで十分に加熱して、カンピロバクターを死滅させる。

家庭
で注意！



包丁やまな板は、肉と生で食べる食材で使い分けるか、作業ごとによく洗い、熱湯などで消毒する。

横浜市の
取組

- 肉を提供している飲食店へ立ち入りし、十分な加熱や、食品や調理器具の取扱いについて指導します。
- 食肉販売店には、十分な加熱が必要である旨を消費者に情報提供するよう指導します。
- 市民の皆さまに、肉を十分に加熱してから食べるようお知らせします。



アニサキス食中毒の対策

アニサキスを
原因とする食中毒は
3年連続
市内1位

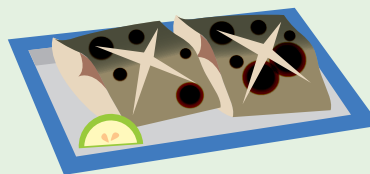
アニサキスは主に魚の内臓に寄生していますが、生きている間に筋肉部位に移行する場合があります。内臓を早めに除去することに加え、次の対策を行いましょう。

冷凍する



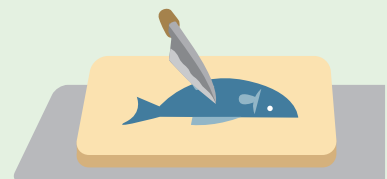
アニサキスは-20℃24時間以上の冷凍により不活化するため、冷凍処理されたものを選ぶ。

加熱する



アニサキスは加熱により死滅するため、十分な加熱調理を行う。

取り除く



手元を明るくして、アニサキスがいないかよく見て除去する。

横浜市の
取組

- 魚介類を取り扱う飲食店や販売店などに、アニサキスなどの寄生虫の除去の徹底について指導を行います。虫体を不活化させる効果のある冷凍処理を推奨しています。



社会福祉施設などの食の安全安心を守る



高齢者施設や保育所、小学校などの施設では、食中毒などの事故が発生した場合に大規模化、重症化しやすいため、継続的な衛生支援を行っています。



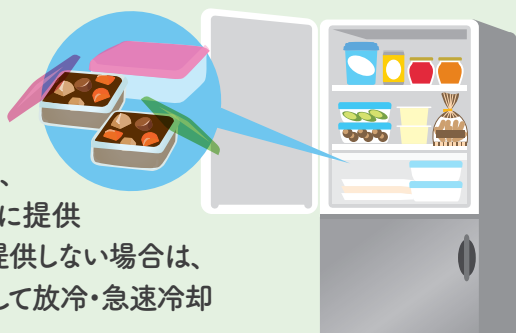
ウェルシュ菌食中毒の対策

ウェルシュ菌食中毒は、煮込み料理や煮物を使用した弁当のほか、カレーやシチューなど大量に調理・保存される食品で多く報告されています。

食中毒全体の発生件数が減少する中、**ウェルシュ菌食中毒の発生件数が増加**

ウェルシュ菌食中毒予防のポイント

基本の対策



- 調理後、速やかに提供
- すぐに提供しない場合は、小分けして放冷・急速冷却

再加熱する場合



- 再加熱する場合は、よく混ぜて全体をしっかりと加熱
- 再加熱時も中心温度を測定

横浜市の取組

- 社会福祉施設に立ち上がった際などに、ウェルシュ菌食中毒の報告が多い食品について、調理後の速やかな提供や、保存する際の温度管理などに関して助言指導を行います。

ハサップ HACCP に沿った衛生管理を支援しています

令和3年6月から原則すべての食品等事業者にはHACCPに沿った衛生管理が義務付けられました。横浜市では、より衛生的で安全な食品の提供のために、食品等事業者には様々な支援をしています。

導入支援

食品営業施設に対し、業種別eラーニングの実施など、HACCPに沿った衛生管理の導入を支援

定着支援

既に導入している施設には、記録に基づく検証や適切な管理を継続して行えるよう技術的に支援



HACCPとは

原材料の納品から提供までのすべての工程のうち、安全に食品を提供するために大事な工程をチェックする、国際的な衛生管理の方法です。

「栄養成分表示」を活用しよう

食品表示をご覧になったことはありますか？

食品表示には食品に関する大切な情報がたくさん書かれています。その中の「栄養成分表示」には、食品に含まれる栄養素の量が表示されているため、健康づくりに役立ちます。食品選択の際に栄養成分表示を活用してみましょう！