

東京都多摩立川保健所 食品衛生担当  
 電話：042-524-5171 FAX：042-528-2777

ホームページも  
 ご利用を！

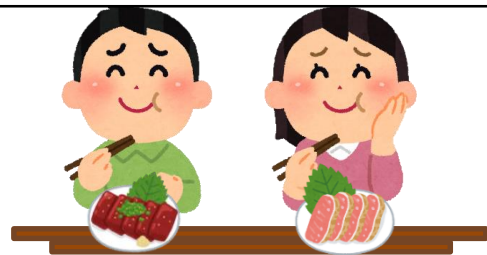


## キケン！お肉の生食に潜むリスク！



うちの肉は鮮度がいいから  
 生で食べても大丈夫だよ！

表面さえ焼けば大丈夫！



数日後...

新鮮だから大丈夫って  
 言ってたのに…  
 おなかが痛い…



こんな売り文句に注意！！

- × 「新鮮だから生でも安全」
- **新鮮な肉でも食中毒となることがあります！**
- × 「菌は肉の表面にしかいないから表面を炙れば大丈夫」
- **肉の内部にも菌が入り込んでいる場合があります！**
- × 「規制されているのは豚肉と牛レバーだけだから、  
 他は生で食べても大丈夫」
- **規制のない食肉を生で食べても食中毒となることがあります！**

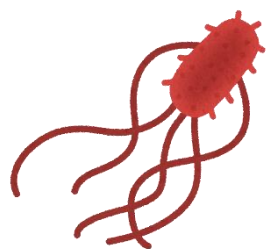


## 実際にあった食中毒事例

### 事例1.いわゆる「ユッケ」による死亡事例

概要：令和4年8月に「レアステーキ」と称したいわゆる「ユッケ」をスーパーで購入し、食べた女性が腹痛や下痢を発症したのち死亡しました。この女性以外にも同施設で肉料理を購入して食べた22名が腹痛や下痢を発症しました。

原因：牛肉の加熱不足が原因と考えられました。



#### 腸管出血性大腸菌O157

- ・原因食品：食肉（主に牛肉）
- ・潜伏期間：1～14日
- ・中毒症状：激しい腹痛、水様性下痢、血便  
溶血性尿毒症候群を併発し、死亡することもある。



(イメージ)

### 事例2.加熱が不十分な鶏ささ身料理による事例

概要：令和4年5月に当所管内の飲食店で鶏ささみ料理を含む食事をした6人グループのうち、4名が下痢や腹痛、発熱の症状を発症する食中毒事件が発生しました。

原因：鶏肉の加熱不足によるものと考えられました。

この飲食店は「肉の表面を加熱すればよい」と誤った認識を持っていました。



#### カンピロバクター

- ・原因食品：食肉（主に鶏肉）
- ・潜伏期間：2～5日
- ・中毒症状：腹痛、下痢、発熱（平均38℃台）  
感染した数週間後に、手足の麻痺等を起こすギラン・バレー症候群を引き起こすことがある。



## お肉を安全に食べるためのポイント

### 加熱

- ・ 中心まで加熱された肉料理を選ぶ。
- ・ 自分で焼く場合は、中まで火を通す。

### 器具

- ・ 生肉を触った箸と食べる用の箸は使い分ける。

### 食べない

- ・ 加熱不足の肉が提供されたら、焼きなおしてもらおう。
- ・ 子どもや高齢者など抵抗力の弱い方は生肉を食べない。