

# サルモネラ食中毒

## 卵の取扱いに注意しよう！

サルモネラ食中毒の60～70%がサルモネラ・エンテリティディス（SE）という細菌によるもので、その多くはニワトリの卵が原因で発生しています。サルモネラの特徴を知って、食中毒を防ぎましょう。

### 特徴

自然界に広くいる菌、少量の菌でも食中毒に！

サルモネラは、広く自然界にすんでおり、特にニワトリ、ブタ、ウシの腸によくいます。乾燥や酸に強く、少量の菌でも食中毒を起こします。



### 卵の汚染経路

その1 ニワトリの体内で菌に感染

産卵された時点で、すでに卵の中に菌がいる場合があります。

その2 ひび割れなどから卵の中に侵入

産卵後、ニワトリの便がつき、ひび割れなどから菌が卵の中に入る場合があります。

### 主な原因

卵の割りおき

加熱不足

### 二次汚染

卵を取り扱った手や容器などからサルモネラが他の食品につき、その食品をそのまま食べた。

### 食中毒の原因になった主な食品！

洋菓子・プリン

オムレツ・卵焼き



自家製マヨネーズ

卵納豆



### 主な症状

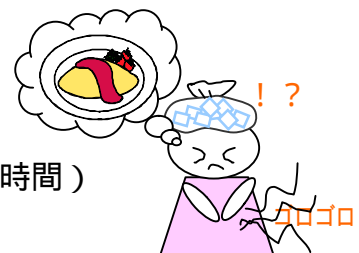
腹痛

下痢

発熱

39 以上の高熱

食べてから症状がでるまで6～72時間（平均12～24時間）かかります。



## 今からできるサルモネラ食中毒の予防法！

### 1. 卵を買うときは

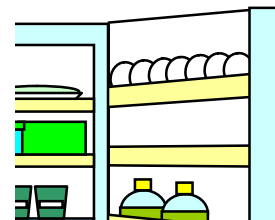
卵はひび割れがなく新鮮なものを買しましょう。期限表示の確認も忘れずに！



### 2. 卵の保存は

持ち帰った卵は、すぐに冷蔵庫に入れましょう。

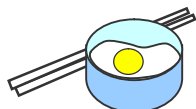
10 以下で保存しよう！



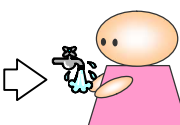
### 3. 料理の下準備は

細菌が増えやすくなるので、卵は使う直前に割りましょう。割った卵の殻はすぐゴミ箱へ！

割った卵は、ゼツタイ放置しない！



割るのは直前！



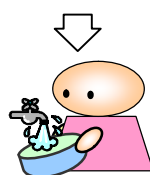
手はよく洗いましょ！

### 4. 卵料理のときは

加熱は70 1分間以上が目安です。



### 卵を取り扱ったら……



使った容器や器具は、そのつどよく洗いましょ。熱湯をかけるとより安全！

### 5. 食事するとき

卵かけご飯、すき焼きなど卵を生で食べるときは、「賞味期限が過ぎたもの」や「ひび割れたもの」はやめましょ。

### 6. 残った卵料理は？

時間がたったものは、思いきって捨てましょ。

抵抗力の弱い子どもやお年寄り、重い食中毒になり死亡することがあります。生卵を食べるのは控えましょ。

### 卵の豆知識

#### 新鮮な卵と古い卵の違いは？

新鮮な卵



新鮮な卵は、卵黄や卵白が盛り上がっています。

古い卵

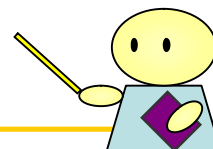


#### 赤玉と白玉の違いは？

殻の色は、ニワトリの種類の違いです。殻の色や黄身の色と栄養の差とは無関係です。

#### 血の入った卵は大丈夫？

食べても問題はありませぬ。



次回は、「魚の取扱いにはご注意を！腸炎ビブリオ食中毒」です。

札幌市東区保健福祉部健康・子ども課生活衛生係  
札幌市東区北10条東7丁目 711-3213  
<http://www.city.sapporo.jp/higashi/>