



知っていますか？

食

中

毒

のこと



まずは**食中毒を知る**こと から始めましょう

食中毒とは、食中毒の原因となる「細菌」や「ウイルス」、「有毒・有害な物質」が食べ物と一緒に体の中に入ることによって起こる健康被害のことをいいます。

食中毒の原因は、私たちの身のまわりのあらゆる場所に存在します。

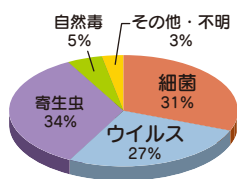
正しい知識を身につけ、毎日の生活で食中毒予防を心がけましょう。



食中毒の特徴は・・・・・・・・・・・・・・・・

◎主に腹痛や下痢、おう吐などの胃腸炎症状を 起こします

発熱やけん怠感などの風邪に似た症状や、まひなどの神経症状を起こす場合もあります。



◎原因の多くは「寄生虫」、「細菌」、「ウイルス」です

寄生虫、細菌、ウイルスの次に多く発生しているのは、毒キノコやふぐなどの「自然毒」による食中毒です。

食中毒原因の割合
※ 令和6年／総数1,037件(全国)

◎食中毒菌やウイルスが食べ物についていても 味やにおいは変わらないのが普通です

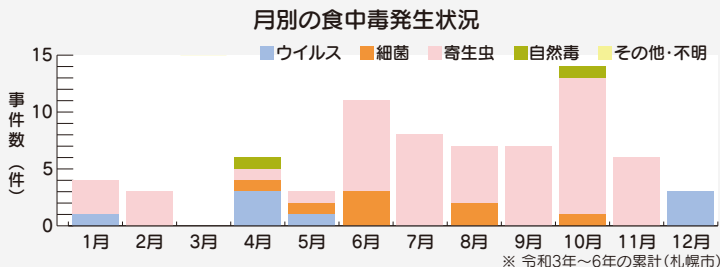
腐敗を起こす菌とは違い、食品の味やにおいを変化させないのが食中毒菌やウイルスの特徴。このため食べる前に異常に気づくのは難しいのです。



Q 食中毒は夏に多いの？

A 一年中起きており、必ずしも夏に多いわけではありません

暖かい時期は、カンピロバクターや黄色ブドウ球菌などの「細菌性食中毒」が、寒い時期はノロウイルスなどの「ウイルス性食中毒」が多くなる傾向があります。



Q 冷凍すると食中毒菌やウイルスは死ぬの？

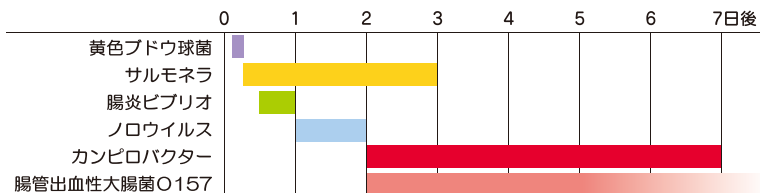
A 冷凍しても死ぬことはありません

温度が低くなると増える速さは遅くなったり、止まったりしますが、細菌やウイルスが死ぬことはありません。

Q 食中毒は食べてすぐ症状がでるの？

A 食べてから症状がでるまである程度時間がかかるのが一般的です

細菌やウイルスの場合、体の中で増えたり、毒素を作ったりすることで食中毒の症状を引き起こします。このため、症状がでるまで時間がかかるのが一般的であり、必ずしも発症直前に食べた食品が原因とは限りません。



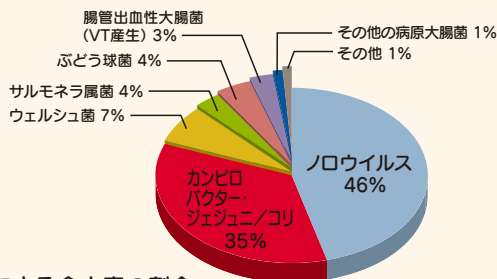
主な食中毒菌やウイルスの潜伏期間

※ 潜伏期間：食品を食べてから食中毒の症状がでるまでの期間

こんな細菌やウイルスが 食中毒を起こします

食中毒原因の多くは細菌やウイルスによるものです。

最近は、「カンピロバクター」と「ノロウイルス」による食中毒が発生件数の上位を占めています。



細菌・ウイルスによる食中毒の割合

※ 令和6年発生件数(全国)

カンピロバクター.....

近年、食肉を生又は加熱不十分なまま食べたことが原因と考えられるカンピロバクター食中毒が全国で多発し、問題となっています。

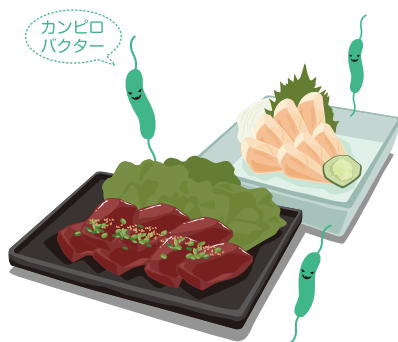
食中毒原因の多くは、鶏肉やレバーの刺身などの生肉、とりわさやたたきなどの加熱不十分な肉料理です。

カンピロバクターは、鶏・牛・豚などの家畜や、犬・猫などさまざまな動物の腸管内にいる菌で、感染力が強く、わずかな菌数で発症し、発症するまでの時間が2～7日と長いのが特徴です。1週間程度で回復しますが、子どもや高齢者は重症化することがあるので注意が必要です。

こんな食中毒が起きました!

市内の飲食店で、鶏レバ刺しやとりわさを食べた10名が食中毒になりました。

この店では、新鮮だから大丈夫と思いきみ、加熱用の肉を生で提供していました。



● 主な原因食品

肉やレバーの刺身、ユッケ、加熱不十分な焼肉

● 症 状

下痢、腹痛、発熱／2～7日で発症

※ まれに、感染してから数週間後に、手足のしびれや顔面まひ、呼吸困難などを起こす「ギラン・バレー症候群」を発症する場合があります。

● 予防のポイント

- ・ 肉やレバーの刺身、ユッケなどの生肉を食べない
- ・ 肉は中心部までよく加熱する（75℃以上 1 分間以上）
- ・ 生肉を扱った調理器具は十分に洗浄し、熱湯や漂白剤で消毒する
- ・ 焼肉やすき焼きのときは、生肉の取り箸と食べる箸を使い分ける

新鮮な肉でも危険です！

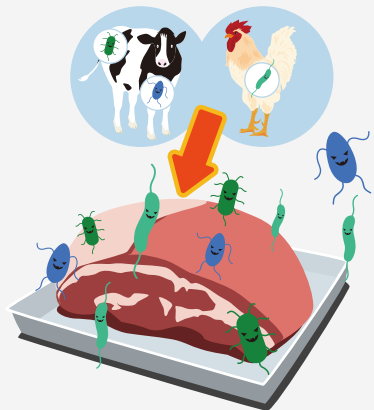
食中毒を起こした飲食店の多くは「新鮮だから」という理由で、加熱用の肉を刺身やユッケなど生で提供していました。

カンピロバクターは、もともと動物の腸の中にいるため、鶏や牛が解体されるときに、肉がこの菌に汚染されることがあり、食肉の中でも鶏肉は特に汚染率が高いという調査報告があります。

生肉には、カンピロバクターのほかに、腸管出血性大腸菌O 157 やサルモネラなどの食中毒菌や、E型肝炎などのウイルスがついている場合もあります。たとえ新鮮であっても菌がついている肉を生で食べれば食中毒になる危険性があります。また、新鮮であればかえって食中毒菌が生き残っている可能性も高くなります。“新鮮であれば生でも大丈夫”と考えるのは大きな間違いなのです。

飲食店が提供しているものでも、必ずしも安全とは限りません。特に小さな子どもや高齢者は、食中毒にかかりやすく、重症になりやすいので、生又は加熱不十分な肉は食べさせないようにしてください。

※現在、生食用の食肉を提供するための厳しい基準が設けられています。また、豚肉（内臓含む）、牛レバーを生食用として提供・販売することは禁止されています。



ノロウイルス

ノロウイルス食中毒は 11 月～ 3 月の冬季に多く発生し、そのほとんどがウイルスに感染した調理人による食品の汚染が原因であると考えられています。

感染した人の便には大量のウイルスが含まれており、この人が手をよく洗わずに調理をすると、食品にウイルスが移り、この食品を食べた人が感染し食中毒となります。

“しっかり手を洗うこと” が最大の予防策です。またノロウイルスは熱に弱いので、中心部までよく加熱することも重要です。

ノロウイルスは非常に感染力が強く、少量のウイルスでも感染します。通常 3 日程度で回復しますが、抵抗力の弱い子どもや高齢者は重症化することがあります。回復後も通常 1 週間、長いときは 1 か月程度、便の中にウイルスを排泄することがあるので注意が必要です。なお、感染していても症状がでない場合があります。

また、ノロウイルスは人から人に感染することもあるので、感染した人の便やおう吐物を処理するときは、十分消毒する必要があります。

こんな食中毒が起きました!

市内のホテルで、調理人 1 名が下痢の症状があるにもかかわらず調理したことが原因で、38 名の患者を出す食中毒が起きました。

● 主な原因食品

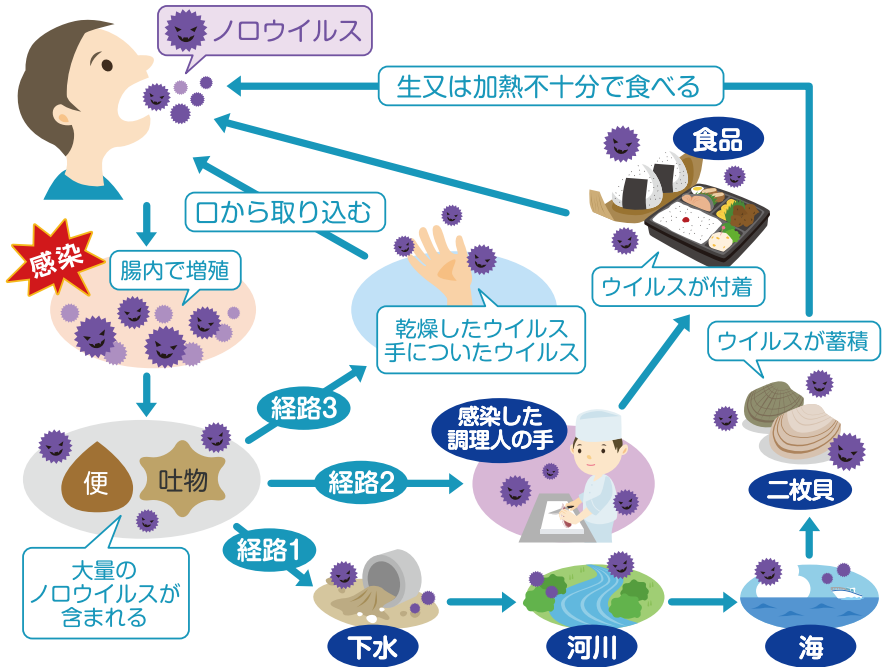
感染した調理人によって汚染された食品、二枚貝（カキ、ホタテ、ホッキ、アサリ等）

● 症 状

おう吐、腹痛、下痢、発熱／ 24 ～ 48 時間で発症

● 予防のポイント

- ・ 下痢やおう吐などの症状がある場合は調理をさける
- ・ 「調理前」「トイレの後」などはしっかり手洗いをする
- ・ 食材は中心部までよく加熱する（85℃～90℃で90秒間以上）
- ・ 調理器具は十分に洗浄し、熱湯や塩素系漂白剤（次亜塩素酸ナトリウム）で消毒する（アルコールや逆性石けんは効果が期待できない）



- ◎ 経路 1：生又は加熱不十分な二枚貝
 - ◎ 経路 2：感染した調理人による二次汚染
 - ◎ 経路 3：人から人への感染……………感染症
- } 食中毒

塩素系漂白剤（塩素濃度 5%）を用いた消毒液の作り方

【日常の消毒用】



調理器具

よく洗った後、消毒液に 10 分漬けてから水ですすぐ。

蛇口、ドアノブ

消毒液を染み込ませた布で拭き、10 分後に水拭きする。

【おう吐物などで汚染された場所の消毒用】



使い捨て手袋・マスク・エプロンをし、ペーパータオルや新聞紙などでおう吐物が広がらないように静かに拭き取る。汚れた場所にペーパータオルを敷き、0.1%消毒液をかけて浸し、10 分後に水拭きする。

サルモネラ

サルモネラは、鶏や豚、牛などの動物の腸管内や河川、下水など自然界に広く分布しています。近年、卵料理を原因とするサルモネラ食中毒が多く発生しています。子どもや高齢者は重症化することがあるので注意が必要です。

● 主な原因食品

卵、鶏・豚・牛などの肉類

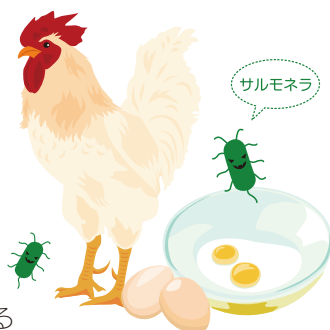
● 症 状

下痢、腹痛、おう吐、発熱（38～40℃）

5～72時間で発症

● 予防のポイント

- ・卵は冷蔵庫で保管し、割り置きはしない
- ・肉は低温で管理し、調理のときは十分加熱する
- ・卵や生肉を扱った調理器具はしっかり洗浄・消毒する
- ・卵や生肉を扱った後は、その都度手をよく洗う



腸炎ビブリオ

海水や海底の泥の中にいる菌で、海水温が高くなると海水中で大量に増殖するため、気温の高くなる夏場は特に魚介類の取扱いに注意しましょう。増殖のスピードが非常に早い一方で、真水に弱いのが特徴です。

● 主な原因食品

刺身などの生の魚介類

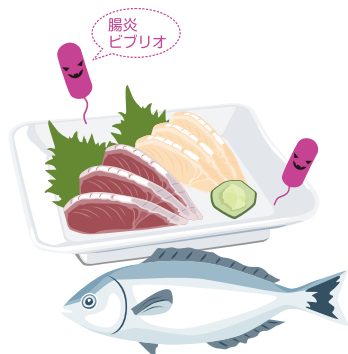
● 症 状

腹痛、下痢、発熱、おう吐

10～24時間（まれに2～3時間）で発症

● 予防のポイント

- ・魚介類は真水（水道水）でよく洗う
- ・魚介類は短時間でも冷蔵・冷凍保管する
- ・魚介類を扱った調理器具はしっかり洗浄・消毒する
- ・魚介類を扱った後は、その都度手をよく洗う



腸管出血性大腸菌 O157.....

この菌による食中毒の多くは、牛肉や牛レバーなどを生や加熱不十分なまま食べたことで起きています。感染力が非常に強く、わずかな菌数で発症します。子どもや高齢者は重症化することがあるので要注意です。熱に弱く、75℃以上1分間以上（“157”の逆と覚えましょう。）の加熱で死滅します。

● 主な原因食品

牛などの肉類

● 症 状

激しい腹痛、水様便、血便

2～7日で発症（10日以上の場合もある）

● 予防のポイント

- ・ハンバーグ、肉団子などの肉料理は中心部までよく加熱する
- ・生肉を扱った調理器具はしっかり洗浄・消毒する
- ・生肉を扱った後は、その都度手をよく洗う
- ・生野菜を食べるときは、よく洗う



黄色ブドウ球菌.....

自然界に広く存在している菌で、健康な人でも2～3割の人は鼻やのど、髪の毛などにこの菌を持っています。やけどや傷など化膿したところには大量に存在しており、手に傷などのある調理人からの汚染を原因とする食中毒が多く起きています。熱に強い毒素を作るのが特徴です。

● 主な原因食品

おにぎり、弁当、調理パン

● 症 状

激しいおう吐、腹痛、下痢／1～5時間で発症

● 予防のポイント

- ・しっかり手洗いをする
- ・手に傷がある人は調理しない
- ・調理後は低温で管理し、できるだけ早く食べる



ウェルシュ菌

この菌による食中毒は、大量の食事を提供する給食施設や弁当・仕出屋、旅館などで多く起きています。ウェルシュ菌は芽胞（殻のようなもの）を作り、熱に強いので、大釜などで大量に加熱調理した後に、室温で長時間放置すると、生き残ったウェルシュ菌が急速に増殖し食中毒を引き起こします。

● 主な原因食品

大量に加熱調理されたカレー、煮物などの煮込み料理

● 症 状

腹痛、下腹部の膨満、下痢／6～18時間で発症

● 予防のポイント

- ・ 前日調理や大量調理は避ける
- ・ 調理済み食品の室温放置はやめる
- ・ 加熱調理後に保存する場合は小分けして急速に冷やす
- ・ 再加熱するときは、十分に熱を通す



セレウス菌

セレウス食中毒には、毒素の違いにより「おう吐型」と「下痢型」の2つのタイプがあります。このうち、米飯類や麺類を原因食品とする「おう吐型」の食中毒が多く発生しています。熱に強い芽胞を作ります。

● 主な原因食品

【おう吐型】チャーハン、やきそば

【下痢型】食肉製品、スープ

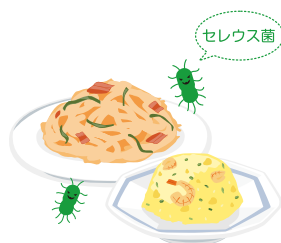
● 症 状

【おう吐型】おう吐、吐き気／1～5時間で発症

【下痢型】下痢、腹痛／8～16時間で発症

● 予防のポイント

- ・ 大量調理をさけ、作り置きはしない
- ・ 調理済み食品は室温に放置せず、できるだけ早く食べる
- ・ 加熱調理後に保存する場合は小分けして急速に冷やす



ボツリヌス菌

ボツリヌス菌は、酸素がないところで増殖し、強い神経毒を作ります。食中毒の発生件数は少ないですが、致死率が高いため要注意です。

● 主な原因食品

缶詰、ビン詰、真空パック食品、いづし

● 症 状

胃腸炎の発症後、脱力感、めまい

8 ～ 36 時間で発症

※ 症状が進むと、視覚異常、言語障害、呼吸

困難などの神経症状が起き、重症になると死亡することもあります。



● 予防のポイント

- ・ 野菜や魚介類などの原材料は新鮮なものを選び、十分に洗浄してから使う
- ・ 真空パックや缶詰が膨張していたり、食品に異臭（バターが腐ったような酪酸臭）があるときには絶対に食べない

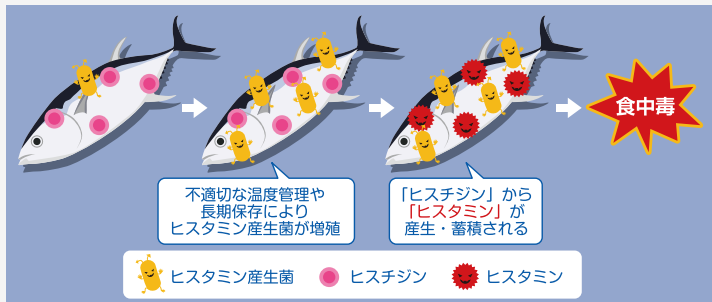
こんな食中毒にも気をつけて ～ヒスタミンによる食中毒～

市内の給食施設で「まぐろのごまフライ」を食べた 279 名が、しびれやかゆみ、顔の紅潮、発疹、頭痛などの症状をうったえる食中毒が起きました。

原因は「ヒスタミン」という化学物質。この食中毒の主な原因食品はマグロ、アジ、カツオなどの赤身の魚であり、アレルギーのような症状を起こすのが特徴です。

ヒスタミンは熱に強いので一度できると取り除くことはできません。魚は新鮮

なものを購入し、室温で保存せず、必ず冷蔵庫で保存しましょう。また、長期保存する場合はすぐに冷凍しましょう。



覚えて防ごう！ 食中毒予防の 3原

食中毒の原因となる細菌の多くは、食品中で大量に増えることにより食中毒を起こします。

このため、食中毒を予防するには食中毒予防の3原則「食中毒菌をつけない・ふやさない・やっつける」を守ることが大切です。



1 つけない —清潔・消毒— ●●●●●●●●●●●●●●●●

● 手洗いをしっかり

- ・調理前 ・肉・魚・卵を扱った後 ・食事前
・鼻をかんだ後 ・肌や髪に触った後 ・動物に触った後
・トイレの後 ・おむつを交換した後 など

● 調理器具は清潔に

- ・洗剤でよく洗ってから、熱湯や漂白剤で消毒し、乾燥させて保管しましょう。
- ・まな板や包丁は、「肉用」「魚用」「野菜用」など食材ごとに使い分けましょう。

まな板

傷に入り込んだ汚れや細菌を
落とすため、しっかりこすり
洗いを



包丁

柄や刃の付け根部分が汚れ
やすいので念入りに



ふきん

使用後のふきんは細菌の温床！定期的に煮沸や漂白剤で消毒を



スポンジ

使用後は、よくすすぎ、水気を切って保管。時には煮沸や漂白剤で消毒を



● 食材は分けて保管を

- ・ 生の肉や魚は、他の食品に触れないように、容器に入れたり、ラップで包むなどしましょう。

手 きれいに洗えますか？

手洗いは食中毒予防の第一歩。汚れが残しやすいポイントを意識して時間をかけて（30 秒が目安）しっかり洗いましょう。



- 1 流水で洗ってから
石けんをよく泡立てる



- 2 手の甲は伸ばすように



- 3 指は組むように



- 4 親指はねじるように



- 5 指先を立ててしわの間も



- 6 流水でよく流してから
清潔なタオルで拭く



2 ふやさない —迅速・冷却— ●●●●●●●●●●

● 調理済みの食品はすぐに食べて

- ・室温に放置せず、すぐに食べましょう。
- ・余ったものは、冷ました後すみやかに冷蔵庫で保管し、なるべく早く食べきりましょう。

● 冷蔵庫の温度管理を適切に

- ・冷蔵庫は 10℃以下、冷凍庫は -15℃以下に保ちましょう。
(庫内に温度計を入れてチェック)
- ・冷蔵庫の詰めすぎは冷却効率が悪くなるので7割を目安にしましょう。

冷蔵庫を過信しないで ～週に一度は庫内の掃除を！～

「冷蔵庫に入れば大丈夫」 と思っていませんか？

冷蔵や冷凍では、食中毒の原因となる細菌やウイルスは死にません。
食品の長期保存は避け、なるべく早めに食べきりましょう。

冷蔵庫の扉を頻繁に開け閉めすると庫内の温度が上がり、細菌の繁殖につながります。開け閉めは必要最低限にしましょう。

また、必要なものをす
ぐに取り出せるよう、詰
めすぎを避け、日頃から
整理整頓しておくことが
大切です。

週に一度は冷蔵庫内の掃除をしましょう。



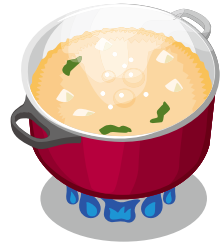
3 やっつける ―加熱―

● 中心部までしっかり加熱

- ・ 中心温度 75℃以上 1 分間以上を目安にしましょう。
(ノロウイルス対策は 85℃～90℃で 90 秒間以上)

● 温め直しも注意を

- ・ みそ汁やスープは沸騰させましょう。
- ・ 電子レンジでの加熱はムラのないよう時々かき混ぜて。



「消費期限」「賞味期限」と保存方法

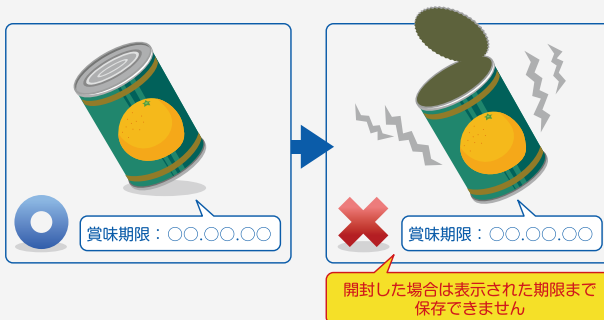
食品の期限表示には「消費期限」と「賞味期限」があります。いずれの期限も“未開封の状態”で、“記載されている保存方法を守った場合”の期限です。表示されている保存方法は必ず守り、開封したものはできるだけ早く食べましょう。

【消費期限】

弁当やサンドイッチ、そうざいなどの傷みやすい食品につけられた期限です。食品が腐敗したり劣化したりすることのない“安全に食べられる期限”を示しています。未開封でも消費期限を過ぎたものは食べないようにしましょう。

【賞味期限】

スナック菓子やカップめん、缶詰などの日持ちのする食品につけられた期限で、食品が“おいしく食べられる期限”を示しています。食品の品質が十分保たれる期限を表わしたもので、賞味期限を過ぎてもすぐに食べられなくなるわけではありません。



寄生虫にも**注意**が必要です

アニサキスは、海産魚介類に寄生する寄生虫です。

アニサキスが寄生した魚介類を生で食べ、アニサキスが生きたまま人の胃や腸壁に侵入すると、急性胃腸炎を引き起こすことが知られています。

拡大図／

体長は 2 ～ 3cm で半透明の白～桃色
少し太い糸のような形をしている



アニサキス

冷凍または加熱によりアニサキスの幼虫を死滅させることができますが、不十分な場合アニサキスが生き残ってしまうため、温度や時間に十分な注意が必要です。また、一般的な料理で使う食酢での処理、塩漬け、しょうゆやわさびでは、アニサキスの幼虫は死滅しません。

● 主な原因食品

刺身、寿司／サバ、イワシ、カツオ、サケ、イカ、サンマ、アジなど
(主に天然の回遊魚。通常、養殖魚にはみられない。)

● 症 状

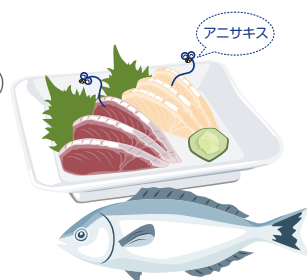
【胃アニサキス症】 みぞおちの激しい痛み、悪心、おう吐

1 ～ 36 時間で発症 (多くは 8 時間以内)

【腸アニサキス症】 激しい下腹部痛、腹膜炎症状 十数時間から数日で発症

● 予防のポイント

- ・ 冷凍する (食品の中心部まで -20℃で 24 時間以上)
- ・ 加熱する (60℃では 1 分、70℃以上で数秒)
- ・ 新鮮な魚を選び、速やかに内臓を取り除く
- ・ 内臓を生で食べない
- ・ 目視で確認して、アニサキスの幼虫を除去する



自然毒にも注意が必要です

植物や動物がもともと持っている毒のことを「自然毒」といいます。

実はこの自然毒による食中毒、発生件数は少ないものの、その多くは一般家庭で起きています。

症状が重くなることが多く、命にかかわることも少なくありません。

知らないきのこや山菜は「採らない」「食べない」「人にあげない」が基本です。



毒きのこ

正しい知識のないまま食用きのこを間違えて毒きのこを食べてしまい、食中毒になる事例が後を絶ちません。

食べられるきのこの中には、毒を持つものと区別が大変難しいものがあります。正しい見分け方を身につけ、食用と確実にわかっているものだけを食べることが第一です。

こんな食中毒が起きました!

「ムキタケ」だと思って採ったキノコを知人にあげたところ、このキノコを食べた6名が1時間後におう吐や腹痛などの食中毒症状に。このキノコは毒のある「ツキヨタケ」でした。

毒草

きのこと同じように、山菜にも食べられるものと良く似た有毒植物があります。

山菜と毒草が混生している場合もありますので、山菜採りのときは一度に大量に取らないようにしましょう。また、料理する前にもう一度、食べられる山菜かどうかをひとつひとつ確認しましょう。

こんな食中毒が起きました!

知人に「ニリンソウ」と教えられて採った野草を家で調理し食べたところ、直後に舌のしびれなどの症状がでて入院。食べた野草は猛毒の「トリカブト」でした。

ふぐ

ふぐが毒を持っていることは昔からよく知られていますが、それにもかかわらず、毎年全国で 20 件前後の食中毒が発生し、死亡事例も起きています。

ふぐによる死亡例の多くは家庭で起きています。ふぐを安全に食べるためには、正しい知識と技術が必要です。ふぐ処理の資格を持たない人が調理することは大変危険です。絶対に「素人調理」はやめましょう。

なお、札幌市では、飲食店などでふぐを扱う（有毒部分の除去等）には、「ふぐ処理責任者」の資格と保健所への届出が必要です。

こんな食中毒が起きました！

自分で釣ったふぐを家で調理し、肝を味噌汁にして食べたところ、数時間後に手足のしびれなどの症状がでて、入院しました。

ツブ貝

エゾボラ（マツブ）やヒメエゾボラ（青ツブ）などのツブ貝の「唾液腺」^{だえきせん}（通称：アブラ）には、「テトラミン」という毒が含まれています。

唾液腺を取らずにツブ貝を食べると、頭痛やめまい、船酔い感などの症状を引き起こします。症状は一過性で、これまで死亡例はありませんが、場合によっては症状が重くなることもあります。

テトラミンは、加熱しても分解されないため、調理前に唾液腺をきちんと取り除くことが大切です。

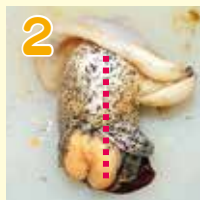
こんな食中毒が起きました！

もらったツブ貝を唾液腺を取らずにそのまま焼いて食べたところ、30 分後にめまい、吐き気などの症状がでました。

ツブ貝の「唾液腺」を取り除くには…



貝から中身を出して



内臓を切り落とし点線から切れ目を入れると…



現れた白い部分が「唾液腺」です



しっかり取り除きましょう

食中毒かな？と思ったら・・・

できるだけ早く医療機関 を受診しましょう

食中毒の多くは軽い症状で済みますが、時に命にかかわるような重い症状となることがあります。また、下痢、おう吐などの胃腸炎症状は、必ずしも食中毒が原因とは限らず、他の疾患の場合もあります。

食中毒が疑われる場合は、できるだけ早く医療機関を受診し、医師の診断を受けましょう。医師は食中毒の疑いがあると判断した場合、保健所に届出をすることになっています。

また、お近くの保健所又は保健センターにもご相談ください。



こんなことにも気をつけて

● 十分な水分補給を！

下痢やおう吐がある場合は脱水症状に注意しましょう。



● 自己判断で下痢止めや胃腸薬などの市販薬を飲まない！

場合によっては、症状が悪化することがあります。



● 家族にうつさないために

ノロウイルスや腸管出血性大腸菌O157などは、人から人へ感染することがあります。二次感染を防ぐため次のことに気をつけましょう。

- ・ しっかり手洗いをする。
- ・ ドアノブ、水道の蛇口などは消毒をする。
- ・ 下痢など症状のある人はシャワーのみか、入浴するなら最後にし、浴槽は消毒をする。
- ・ 患者が使用した食器類や汚れた衣類は洗浄・消毒をする。
- ・ おう吐物や便を処理したときは塩素系漂白剤などで十分消毒する。

札幌市保健福祉局

保健所 食の安全推進課	中央区大通西19丁目 (WEST19ビル 3階)	☎622-5170
保健所 広域食品監視センター	中央区北12条西20丁目 (札幌市中央卸売市場 青果棟 3階)	☎641-0635
中央保健センター 健康・子ども課	中央区南3条西11丁目	☎205-3356
北 保健センター 健康・子ども課	北区北25条西6丁目	☎757-1183
東 保健センター 健康・子ども課	東区北10条東7丁目	☎711-3213
白石保健センター 健康・子ども課	白石区南郷通1丁目南	☎862-1883
厚別保健センター 健康・子ども課	厚別区厚別中央1条5丁目	☎895-5921
豊平保健センター 健康・子ども課	豊平区平岸6条10丁目	☎822-2478
清田保健センター 健康・子ども課	清田区平岡1条1丁目	☎889-2408
南 保健センター 健康・子ども課	南区真駒内幸町1丁目	☎581-5213
西 保健センター 健康・子ども課	西区琴似2条7丁目	☎621-4247
手稲保健センター 健康・子ども課	手稲区前田1条11丁目	☎688-8598

札幌市「食の安全」ホームページ

<http://www.city.sapporo.jp/hokenjo/shoku/>



さっぽろ市
01-F06-25-1914
R7-1-121

(本書は再生紙を使用しています)