

わたしから始まる高知の食育

～毎月19日は「食育の日」～



鶏肉は中心部までしっかり加熱して、食べましょう！

全国的に、飲食店で生や加熱不十分の鶏肉(鶏タタキ・鶏刺し等)、鶏内臓(鶏レバ刺し等)を食べたことによる**カンピロバクター食中毒**が多発しています。「お店のメニューにある料理だから、大丈夫!」ではありません。十分に加熱された鶏肉料理(中心部が75℃1分以上)を安全安心に食べましょう。

知っていますか?カンピロバクター食中毒

高知市内の
発生状況
(R6年1月～R7年5月)

カンピロバクター
食中毒事件 **5件**
(患者数 **42名**)



カンピロバクターってなに?

- ・ニワトリ・ウシなどの腸管内にいる食中毒菌
- ・少しの菌でも食中毒となるが、熱に弱い

症状

- ・食べてから1～7日後、下痢・発熱・腹痛等
- ・まれにギランバレー症候群を発症することがある

ギランバレー症候群とは…手足に力がはいる・しびれなどが起きる神経の病気

食中毒となる原因

- ①カンピロバクターがついているお肉を加熱不足で食べた
- ②肉を扱った手で別の食材を扱った
- ③肉を扱った調理器具で他の食材を扱った



「鶏肉には高い確率でカンピロバクターが付着している」と報告されています。



焼肉のときは、生肉用と加熱済み用でトングを必ず使い分け！

カンピロバクター食中毒を防ぐためのポイント

- 鶏肉・鶏内臓の生食(鶏タタキ・鶏刺し・鶏レバ刺し)はやめましょう
- 鶏肉は中心部まで加熱をしましょう(中心部75℃・1分以上)
- 鶏肉を扱ったあとの調理器具は十分に洗浄・消毒しましょう
- 鶏肉を扱ったあとの手はしっかり洗いましょう



高知市保健所
キャラクター
ホケちゃん

朝どれだから新鮮!
生でも安全!



新鮮だから安全は間違いです!

生・加熱不十分の鶏肉は、安全安心ではありません!



生で食べない
生で食べると危険

鶏肉はしっかり加熱して、カンピロバクターによる食中毒を防ぎましょう