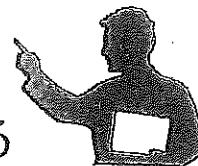


元食品衛生監視員が語る “食品衛生の現場から”

第30回

新鮮なら、肉を生で 食べても大丈夫？



食品衛生管理実践研究会

東京都や特別区の保健所や市場などの行政機関を経験し、退職後、民間企業等で衛生管理に携わる有志で構成。定期的に勉強会を開催し、各現場での衛生管理の取組み、課題などの情報交換を通じて衛生管理の向上に努めている。

料理を提供する際、どのようにして『手をついたまま』か。「食材は、適切な温度で保管する」「調理前には、しっかりと手を洗う」「調理器具は、衛生的に管理する」など、そもそもどこで配りられたかなどです。また、生で食べる野菜を提供する際は、新鮮なものを使われる」とあります。

では、肉の場合も新鮮であれば、生で食べても問題はないのでしょうか。今回は、鶏肉についてみていきましょう。たさんば、料理を提供する際、どのようにして『手をついたまま』か。「食材は、適切な温度で保管する」「調理前には、しっかりと手を洗う」「調理器具は、衛生的に管理する」など、そもそもどこで配りられたかなどです。また、生で食べる野菜を提供する際は、新鮮なものを使われる」とあります。

新鮮なら、鶏肉を
生で食べても大丈夫？

下図は、カンピロバクター食中毒の発生状況をグラフにしたもの。カンピロバクター食中毒は、細菌による食中毒のなかで発生件数が最も多い食中毒です。その原因の多くは、鶏肉の生食（鶏レバーやささみなどの刺し身、鶏肉のタタキ、鶏ささみ寿司など）や加熱不十分

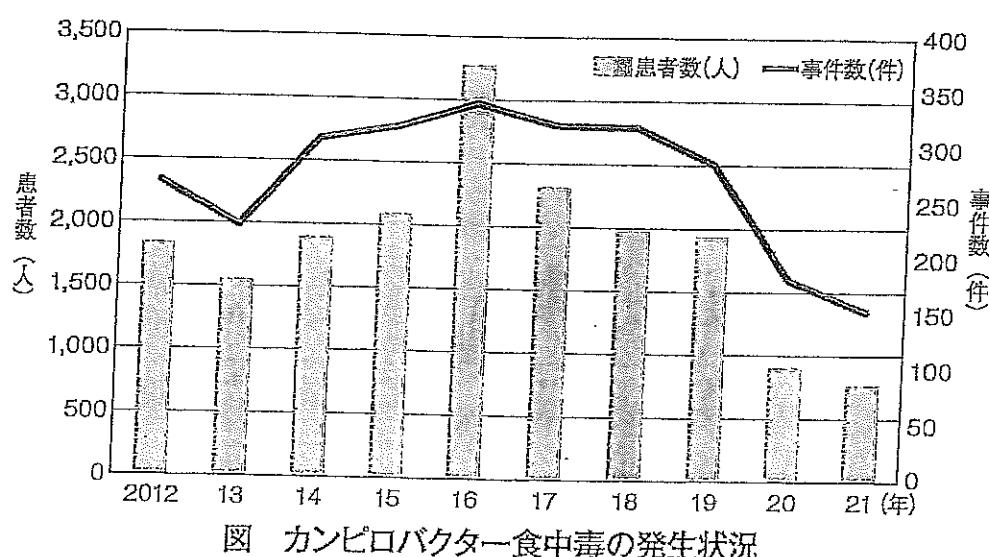


図 カンピロバクター食中毒の発生状況

厚生労働省「食中毒統計資料」をもとに作成

な鶏肉が関係しています。

では、鶏肉を仕入れた当日であれば、生で食べても問題はないのでしょうか。残念なことに、やつではありません。

鶏を鶏肉に加工する段階で、消化管内のカンピロバクターが鶏肉に付着してしまつことがあります。市販されている鶏肉の約70%が、カンピロバクターに汚染されているところ報告もあります。そのため、「生の鶏肉は新鮮でありますから、食中毒を引き起します危険性がある」のです。

さらに、カンピロバクター食中毒は、感染した数週間後に手足の麻痺や顔面神経麻痺、呼吸困難などを起します。「ギラ・バレー症候群」を発症する場合があります。小さなお子さんや高齢者の方、抵抗力の弱い方などは、重症化しやすいため特に注意が必要です。

カンピロバクター食中毒を予防するために

では、カンピロバクター食中毒を予防するには、どうしたらいいのでしょうか。

カンピロバクターは熱に弱いため、鶏肉を十分に加熱することが重要です。一般的に、食品を加熱したときに、最も温度が上がりにくいのが中心部なので、鶏肉の中心部の温度が70℃以上になれば、

鶏肉全体が70℃以上にならざるを得ないことができます。

そのため、鶏肉の中心温度が70℃になつてから、さらに一分間以上加熱（「中心温度70℃、一分間以上加熱」と表現します）をすれば、カンピロバクター食中毒の心配はなくなります。

2016年に東京都で発生した野外イベントでのカンピロバクター食中毒（患者数600人）は、「鶏肉の寿司（鶏肉を軽く湯通しつけて飯にのせたもの）」が原因でした。このように、軽い湯通しや表面だけを煮る程度の加熱では、鶏肉の中に入り込んだカンピロバクターは死滅しません。

なのに、カンピロバクターは少量の菌で食中毒を引き起しますため、器具などを介した二次汚染防止も重要です。実際に、まな板や包丁を介した二次汚染によるカンピロバクター食中毒が発生しています。鶏肉に触れた調理器具などは使用した後に洗浄・殺菌を行って、鶏肉を取り扱った後は十分に手を洗ってからほかの食品を取り扱うことも大切です。

安全な食品を提供するために

今回は、鶏肉のカンピロバクター対策についてみてきました。皆さんが扱っている食材に関して、どのような危険が潜んでいるかを把握して、現在の調理方法で安全性が確保できているかを再確認してみましょう。2018年の食品衛生改正により制度化された「HACCPによる治った衛生管理」でも、このように考え方方が基本となっています。

皆さんは一人ひとりの衛生的な行動が、食中毒予防につながります。定期的にお店の衛生管理を振り返り、美味しいより安全な食品を提供してください。

