



## 細菌性食中毒の予防対策



お昼用に買ったお弁当を冷蔵庫に入れ忘れたわ!大丈夫かな…?

おやおや。これからの季節、気温や湿度が高くなり細菌性食中毒が発生しやすくなるから注意が必要じゃ! 予防方法を一緒にみていこう!



押さえておきたい!

## 今回のポイント

- 細菌性食中毒は例年、気温が上昇する6~9月に増加傾向
- 食中毒菌は水分・栄養・温度の3条件で増殖
- 食中毒予防の3原則は **つけない・ふやさない・やっつける**



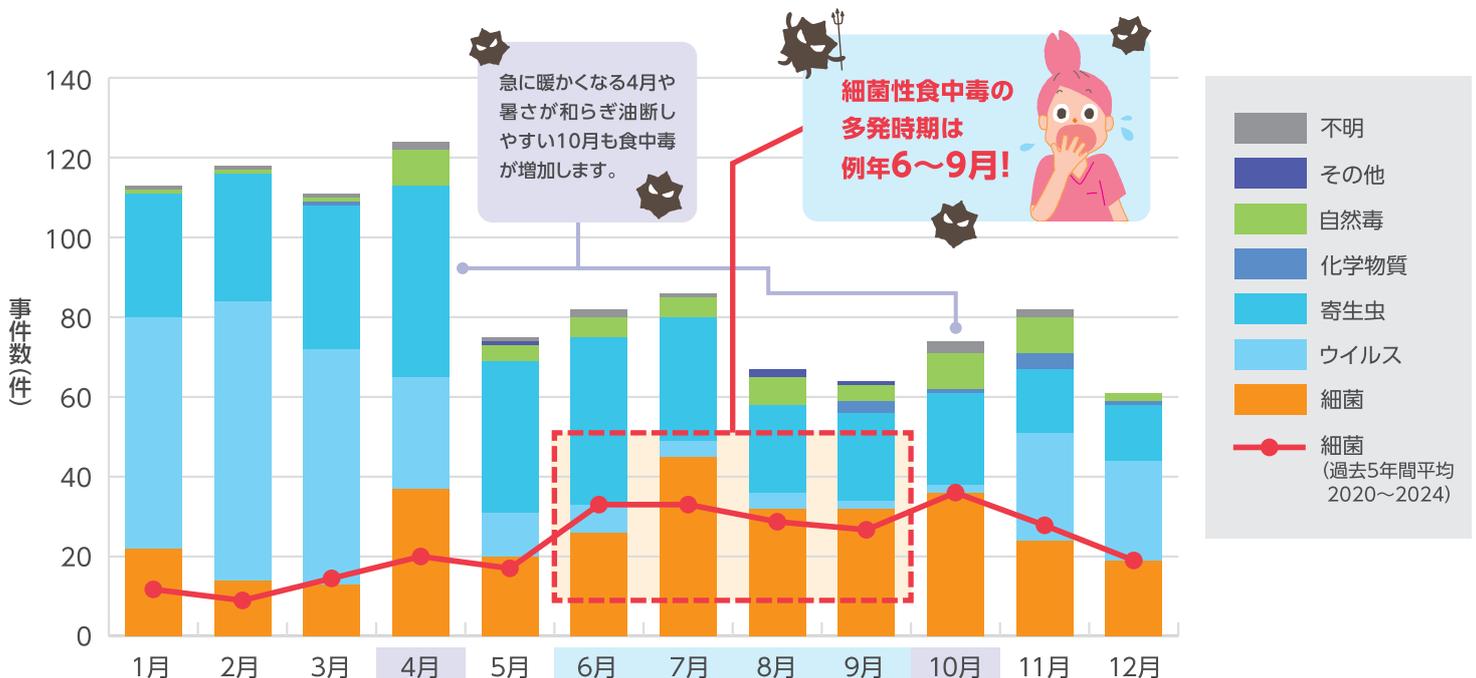
## ▶ 細菌性食中毒とは

食中毒は、細菌やウイルス、有毒な物質が付着した食べ物を食べることによって、下痢や腹痛、発熱、吐き気などの症状が現れる病気のことを指します。特に細菌性食中毒は、気温の上昇と共に発生件数が増加し、毎年6月から9月にかけて多く発生します。

昨年(2024年)のデータでは、6~9月に135件の細菌性食中毒が報告されており、これは年間発生件数の約半数を占めていました。

この時期は、特に食品に付着した細菌が増えやすいので、迅速な調理・提供と冷却の冷却温度の管理を徹底し、食中毒予防に努めましょう。

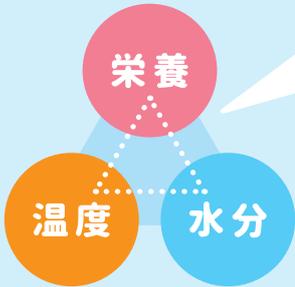
病因物質別の月別食中毒事件数 2024年



## ▶ 食中毒菌が増殖する条件



### 細菌が増殖する3条件



3つの条件がそろい「時間」がたつと **食中毒発生**



#### 対策案

栄養・水分は不可欠のため**温度管理**が重要ポイントです!

#### 栄養

人にとって栄養となる食品は、細菌にとっても栄養源となります。調理器具類に付着した食品の残渣や汚れも栄養源となります。

#### 水分

細菌は食品中の水分を利用して増殖するため、適量の水分の存在が不可欠です。

#### 温度

ほとんどの細菌は、10～60℃程度で増殖し、36℃前後で最もよく発育します。

## ▶ 食中毒予防の3原則

### 1 つけない

#### 清潔

食品に菌をつけないよう**清潔**を心がけましょう。

**例**

- 手洗い
- 器具の洗浄、消毒

### 2 増やさない

#### 迅速/冷却

食品についた菌が増えないよう、**迅速**な調理・提供と**冷却**を心がけましょう。

**例**

- 適切な温度での保管
- 調理後は速やかに食べる

### 3 やっつける

#### 加熱

細菌性食中毒の予防は、食品の中心温度75℃で1分以上**加熱**しましょう。

**例**

- 十分な加熱調理
- 野菜、果物の殺菌

【参考文献】情報入手日：2025/5/1時点

- 公益社団法人日本給食サービス協会、公益社団法人日本メディカル給食協会 HACCPの考え方を取り入れた衛生管理要綱～委託給食事業者～ 令和2年7月初版
- 厚生労働省 食中毒統計資料 [https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/shokuhin/syokuchu/04.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/shokuhin/syokuchu/04.html)
- 農林水産省 食中毒の原因と種類 [https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/kodomo\\_navi/featured/afp1.html](https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/kodomo_navi/featured/afp1.html)

# ManGo

## 食品衛生管理のマネジメントシステム

HACCPに沿った衛生管理を正確に・効率的に行うために

マンゴー ManGoで実現しませんか?

医療・福祉施設の厨房向け

人手不足解消

ペーパーレスはんこレス

業務効率化

## ▶ ManGoで自動温度管理が可能



※専用の温度計、データ収集機は、別売オプション品です。