

リステリア

冷蔵でも塩漬けでも
増えちゃうヨ!



© SARAYA CO., LTD.



潜伏場所

●動物の腸内や土壌、河川水、下水等の環境中に広く存在。

原因食品

●未殺菌乳、ナチュラルチーズなどの乳製品（加熱せずに製造されるもの）、食肉加工品、魚介類加工品、野菜サラダなど。
●製造段階で環境中から汚染を受けた食品。

菌の特徴

●4℃以下の低温や12%の食塩濃度でも増殖できる。

潜伏期間

●24時間以内～3か月と広範囲にわたる。

症 状

●悪寒、発熱、筋肉痛などインフルエンザなどの感染症と類似。
●妊婦、高齢者、免疫機能が低下している方は敗血症、髄膜炎、中枢神経系症状など重篤な状態（リステリア症）になることがある。

対抗手段

●食品の加熱調理。（70℃で1分間の加熱によりほとんど死滅）
●二次汚染の防止。（原料や調理環境の洗浄・殺菌）
●加熱せずに食べる野菜や果物は特によく洗浄する。
●冷蔵庫を過信せず、食品の長期にわたる低温保存を避ける。

▲ 画像出典：東京都健康安全研究センター ホームページ

