

お肉は十分に加熱を！

「新鮮だから安全」

ではありません。

生や加熱不十分な鶏肉料理による
カンピロバクター食中毒が多発しています！



カンピロバクター

鶏肉は食生活に欠かせない食材です！
鶏肉料理はよく加熱し、おいしく安全に
食べましょう。



「新鮮だから生でも安全」 「お店で出されているから生でも安全」は**誤解**です！

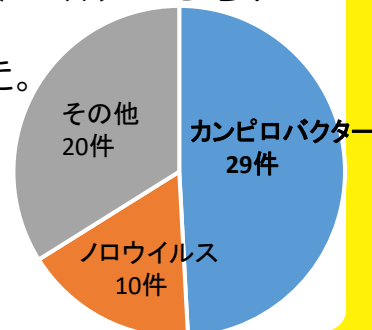
鶏

肉

生・半生・加熱不十分な鶏肉料理による
カンピロバクター食中毒が多発しています！

過去5年間（令和2年～令和6年）に大阪市内で発生した食中毒事件（59件）のうち、約49%（29件）がカンピロバクターを原因とするもので、その**大部分の事例で生や加熱不十分な鶏肉料理が提供**されていました。

市販の鶏肉には、**カンピロバクター**が高い割合で付いています。
カンピロバクターは少量でも付いていれば食中毒を起こすことから、新鮮な鶏肉であっても**生や加熱不十分な状態で食べると、食中毒になる**ことがあります。



牛レバー・**豚**肉（レバー等内臓も含む）は**生食禁止！**

- ✓ 鶏肉だけでなく牛肉や豚肉についても、生やタタキなどの加熱不十分な肉やレバー等の内臓を食べると、**カンピロバクター**や**腸管出血性大腸菌O157**、**サルモネラ属菌**等による食中毒にかかることがあります。
- ✓ 牛レバー、豚肉（レバー等内臓も含む）については、生や、タタキやレアなどの加熱不十分な状態で提供することが**法律で禁止**されています。
- ✓ 基準に適合した生食用食肉（牛肉）であっても、**子供、高齢者、病原体に対する抵抗力の弱い方は、生食を控えてください。**
- ✓ シカやイノシシなどの**野生鳥獣**はどのような病原体を保有しているかわからないことから、その肉を**生や加熱不十分な状態で食べるのは危険**です。絶対にやめてください。



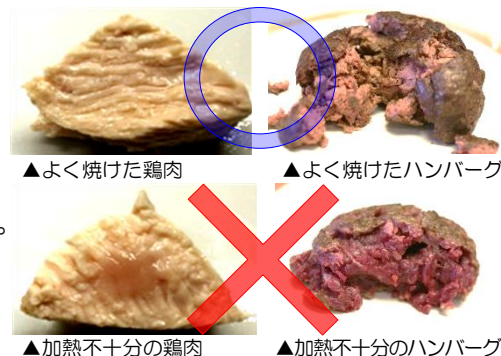
**「お腹が痛い」だけでは済まない？！
カンピロバクター食中毒とは？**

カンピロバクター食中毒にかかると、食べてから1～7日で**下痢、腹痛、発熱**などの症状がでます。子供・高齢者、その他抵抗力の弱い方では重症化する危険性もあり、注意が必要です。
また、カンピロバクターによる食中毒にかかった数週間後に、**手足の麻痺**や**顔面神経麻痺**、**呼吸困難**等を起こす**「ギラン・バレー症候群」**を発症する場合があります。指摘されています。

ご家庭での注意事項

お肉を調理するときは中心部まで十分に加熱してください！

- ✓ 食中毒の原因となる病原体は**肉の内部にまで入り込んでいる**ことがあり、中心部の赤味が残る程度の加熱では病原体は死滅しないので、**中心部の色が完全に変わるまで**加熱してください。
※ 中心部を75℃以上で1分間以上の加熱
- ✓ ハンバーグ・つくねなどの挽肉料理は、くしを刺して出てくる肉汁が**透明**になるまで、中心部の色が**褐色**に変わるまで加熱する必要があります。
- ✓ 飲食店やバーベキューなどで、自分で肉を焼きながら食べる場合も、**中心部まで十分に加熱しないと危険**です。



カンピロバクター食中毒に関するアンケートにご協力ください

アンケートページはこちら



ご回答いただいた内容は、今後の啓発活動を進めていくための参考にいたしますので、ぜひご協力をお願いします。