中毒に注意して夏を元気に過ごしましょう

夏場は高温多湿な状態が続き、食中毒が発生しやすい季節 です。また、近年、寄生虫による食中毒も増加しています。正し い知識を身に付け、食中毒を予防しましょう。

【問合せ】衛生課食品保健係(第2分庁舎3階)☎(5273)3827・ $\mathbf{M}(3209)1441 \sim$



▲新宿あわわ

【令和2年食中毒発生状況】

	発生総数	病因物質別発生件数				
		カンピロ バクター	腸管出血性 大腸菌	アニサキス	ノロウイルス	その他
全国	887	182	5	386	99	215
東京都内	114	21	1	56	14	22

○お肉の生食・加熱不足が原因となる食中毒

カンピロバクター

ニワトリやウシなどの腸管に 生息する菌で、潜伏期間は2日 ~7日です。お肉の生食や加熱 不足等が食中毒の原因となりま

感染すると、下痢・腹痛・発熱・ けん怠感・頭痛・めまい・筋肉痛 等の症状を起こします。また、血 便等が出ることがあります。

腸管出血性大腸菌(O157など)

ウシの腸管などにいる菌で、潜伏 期間は1日~2週間です。加熱不足の 食肉、食肉から二次汚染した食品、病 原体保有者が調理中に汚染した食品 等から感染します。

感染すると、激しい腹痛・下痢(水 様・鮮血便)がみられます。また、溶血 性尿毒症症候群(HUS)や脳障害を 併発することがあり、重症の場合は 死亡することもあります。

ニサキスが人の胃や腸壁に侵入して食中毒を引き起 こします。

●魚介類の寄生虫が原因となる食中毒

アニサキス

類の身や内臓に生息しています。体長2~3cmの白い

サバ・カツオ・サケ・イカ・サンマ・アジなどの魚介

アニサキスが寄生した魚介類を生で食べると、ア

◆魚介類を安全に食べるためのポイント

- ●加熱調理する
- 冷凍する
- ▶-20℃で24時間以上冷凍する



▶新鮮な魚を購入し早めに内臓を処理する

虫でうずまき状で寄生しています。

▶目視でよく確認してアニサキスを除去する



注意

寄生虫は、酢や醤油、 ワサビでは死滅 しません



◆お肉を安全に食べるためのポイント

菌をつけない

- ▶使用済み調理器具は洗剤でよく洗い、 清潔な器具を使用する
- ▶手は石けんで正しく洗う
- ▶調理器具は肉用・野菜用等で使い分ける

●菌を増やさない

- ▶適切な温度で管理する
- ▶消費期限内に食べる



▶肉や食肉製品(メンチカツやハンバーグ等)は 中心部まで十分加熱する





ジビエ(野牛鳥獣の肉)はよく加熱して食べましょう

シカやイノシシ等食用の野生鳥獣の肉にも注意が必要です。生または 加熱不十分な肉を食べると、E型肝炎ウイルスや腸管出血性大腸菌、寄生 虫による食中毒のリスクがあります。野生鳥獣はど のような病原体を保有しているか分からないため、

接触した器具の消毒も十分に行ってください。

中心部までしっかり加熱して食べましょう。



起業を目指す若者を応援!ビジネスプランを募集します!

UBS 新宿ビジネスプラ

東京商工会議所新宿支部と共同開催するビジネスプランコンテストです。優れたプランを表彰する ほか、表彰事業の事業化に向けたアフターフォロー等を行います。

【問合せ】産業振興課産業振興係(新宿ビジネスプランコンテスト事務局、BIZ新宿内)☎(3344)0701・ $\mathbf{M}(3344)0221^{\circ}$

対象

以下のいずれかの要件に該当する方

▶区内に在住・在勤・在学の35歳以下

▶創業3年以内の区内中小企業者で代表者が35歳以下

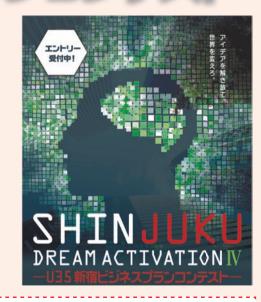
※チームでの応募は、代表者が上記のいずれかを満たしていることが 必要です。

由込み

9月5日 (1) までに、同コンテストホームページ (右図二次元コード。 **聞**https://shinjuku-sda.com)から申し込めます。















コンテストに向けたオンラインセミナーを実施します

●ビジネスシーンの第一線で活躍する講師によるオンラインセミナー 【日時】7月9日氫午後6時30分~8時

【内容】スタートアップを取り巻く環境や、良いビジネスプランほか(講師は

南良平/㈱グロービス・キャピタル・パートナーズ インベストメント・プロ フェッショナル)

【申込み】7月8日休までに、同コンテストホームページ(上図二次元コード。 **Phttps://shinjuku-sda.com**)から申し込めます。

【問合せ】産業振興課産業振興係へ。