

主な食中毒一覧表

| 原因菌（ウイルス） | 特徴 | 主な感染源 | 潜伏期間 | 主な症状 | 予防のポイント |
|---|--|---|----------|----------------------------|---|
| ノロウイルス  | <ul style="list-style-type: none"> ごく少量で感染する、非常に強い感染力 人の腸管内のみで繁殖する 人から人に感染する ・冬季に流行する | <ul style="list-style-type: none"> 汚染された二枚貝 ノロウイルス感染者 | 24～48 時間 | 吐き気・嘔吐・下痢 高熱(38℃以上) | <ul style="list-style-type: none"> 二枚貝は加熱殺菌(85℃～90℃で90秒以上) 徹底的な手洗い ・二次感染対策 |
| カビ°バクテ  | <ul style="list-style-type: none"> ペットを含む様々な動物の腸に潜む 熱や乾燥に弱く、空気にさらされると死滅 10℃以下の低温環境(冷蔵庫)でも生き続ける | <ul style="list-style-type: none"> 食肉(特に鶏肉) 井戸水 | 2～5 日 | 発熱・頭痛・筋肉痛 吐き気・腹痛・下痢 | <ul style="list-style-type: none"> 十分な加熱処理(75℃で1分以上) 生肉を調理した器具は熱湯消毒 井戸水は飲む前に煮沸消毒 |
| サルモネラ  | <ul style="list-style-type: none"> 激しい胃腸炎と高熱が特徴 高温加熱に弱い 家畜やペットなどから感染することもある | <ul style="list-style-type: none"> 食肉(特に鶏肉) 鶏卵 | 8～48 時間 | 激しい胃腸炎 (下痢・腹痛・嘔吐) 高熱 | <ul style="list-style-type: none"> 十分な加熱処理(75℃で1分以上) 食肉や卵は室温放置せず、10℃(できれば4℃)以下の低温管理 |
| 腸炎ビブリオ  | <ul style="list-style-type: none"> 塩分を好み、真水に弱い 海水温が15℃以上になる 夏季から秋口にかけて活発に活動する | <ul style="list-style-type: none"> 魚介類：生食(特に刺身,すし) | 10～24 時間 | 激しい腹痛・嘔吐・ 水様性の下痢 | <ul style="list-style-type: none"> 食材は10℃(できれば4℃)以下の低温管理 ・真水で洗浄 十分な加熱殺菌(75℃で1分以上) |
| O157  | <ul style="list-style-type: none"> 感染力が強く、少量で感染する 体内で増殖の際に毒性の強い「ペロ毒素」を産生 高温加熱、消毒剤に弱い | <ul style="list-style-type: none"> レバーなどの 内臓肉 井戸水 | 3～8 日 | 激しい腹痛 水様性の下痢 血便(潜血) | <ul style="list-style-type: none"> 手洗い、消毒を徹底 十分な加熱殺菌(75℃で1分以上) 井戸水は飲む前に煮沸消毒 |
| 黄色ブドウ球菌  | <ul style="list-style-type: none"> 人や動物の鼻や喉の粘膜、皮膚に住み、 荒れた手や傷、化膿創などから食材に付着 食品内で増殖の際に耐熱性の毒素を産生 | <ul style="list-style-type: none"> 調理者の手指 (おにぎり,サンドイッチ) | 3 時間 | 吐き気・嘔吐・ 腹痛・下痢 | <ul style="list-style-type: none"> 手指に傷がある場合は調理しない もし調理する場合はゴム手袋使用 手指を十分に洗浄消毒 |
| ウェルシュ菌  | <ul style="list-style-type: none"> 酸素に弱く熱に強い、芽胞は高温でも死滅しない 大量に加熱調理した場合、芽胞は生き残り、 温度が下がると酸素が少ない食品の中心で増殖 | <ul style="list-style-type: none"> 大量調理食品 (カレー,シチュー等) | 6～18 時間 | 激しい腹痛 水様性の下痢 血便(潜血) | <ul style="list-style-type: none"> 調理したものはできるだけ早く食べる 調理後、室温などで長く放置しない 保存は小分けにして急速に冷却する |