

生肉の危険

～カンピロバクターによる被害多発～



姫路工学キャンパス新型コロナウイルス感染症総合対策会議

2022.6.10

カンピロバクター食中毒とは？

カンピロバクター属菌は、近年食中毒発生件数で非常に多く占める食中毒菌です。

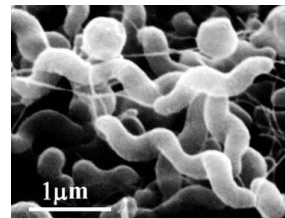
鶏の刺し身、タタキ、湯引きなど、生又は加熱不十分な鶏肉を原因としたカンピロバクター食中毒は、わが国で発生している細菌性食中毒の中で、近年、発生件数が最も多く、年間 300 件、患者数 2,000 人程度で推移しています。

最近では、屋外で飲食店が食肉を調理し提供するイベントで加熱不十分な鶏肉(イベントのホームページでは、「新鮮だからこぞできる鶏ささみ寿司」などとアピール)を提供し、500 名を超える患者が発生した事案がありました。

この事案からも鶏肉を取り扱う事業者は、中心部までの加熱が必要なことを十分に認識する必要があります。

工学部では、令和 3 年度から 30 件以上の生肉による食中毒の報告があります。

今回は、カンピロバクターに関する基本的な知識をお伝えします。正しく理解して、カンピロバクター食中毒を予防しましょう。



カンピロバクターの電子顕微鏡写真(出典:食品安全委員会事務局)

カンピロバクターってどんな菌？

- 鶏、牛、豚などの家畜や、犬、猫など様々な動物の腸管にいる細菌です。
- 処理の過程で肉の表面に付着してしまうため、**流通している生の鶏肉からも高い確率で検出されています!**
- ヒトや動物の腸管内でしか増殖しない、乾燥に弱い、通常の加熱調理で死滅するなどの特性を持っています。
- 他の菌と比較して、数百個程度と比較的少ない菌数でも食中毒を起こします。
- 鶏肉の生食・加熱不足やレバーが主な原因となる食中毒です。(豚などが原因となることもあります。)

＜主な家畜・家禽の保菌率＞

ニワトリ…50～80%以上

ウシ …数%～40%

ブタ …約 50%

- 「食品製造の高度衛生管理に関する研究」平成 14～16 年度報告:品川邦汎(岩手大学教授)

カンピロバクター汚染調査(カンピロバクター・ジェジュニ)			
○市販鶏肉			
検体	鶏レバー	砂肝	鶏肉
汚染率	37/56 検体(66.1%)	6/9 検体(66.7%)	9/9 検体(100%)
○大規模食鳥処理場併設食鳥処理施設で採取されたカット鶏肉			
試験内容	定性試験	定量試験	
陽性率	91/135 検体(67.4%)	86/135 検体(63.7%)	

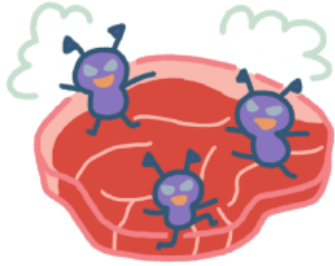


- 「と畜・食鳥検査における疾病診断の標準化とカンピロバクター等の制御に関する研究」平成 26 年度報告:朝倉宏(国立医薬品食品衛生研究所食品衛生管理部第一室長)

○市販鶏肉のカンピロバクター汚染率		
検体	鶏モモ肉	鶏ムネ肉
汚染率	11/26 検体(42%)	12/30 検体(40%)

例えば

出典：<https://coop-sateto.jp/special/namaniku-anzen/>



食中毒をひきおこす
細菌が食べ物につき
増える



体の中でさらに
細菌が増える



腹痛・下痢・吐き気が
する・熱が出るなどの
症状が出る

どんな症状が出る？

- **下痢、腹痛、発熱、嘔気、嘔吐、頭痛、悪寒、倦怠感**などといった症状がでます。下痢は一日10回以上に及ぶこともあります。下痢は血液が混じることがあります。
- 菌を摂取してから**発症するまで2～7日（平均35時間）と発症するまでの時間が長い**ことが特徴です。
- 通常、重症化せず4～5日で回復します。乳幼児・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。
- まれに**ギラン・バレー症候群**(感染してから数週間後に、手足のしびれや顔面まひ、呼吸困難、筋力低下による歩行困難、嚥下障害などが起こる)に進展し、後遺症が残ってしまう場合もあります。
- 特別な治療なしに回復することすることも多くありますが、症状がでた場合は病院で診察してもらってください。



原因となる食品は？

1. 鶏肉などの肉類

鶏レバーやささみ、内臓などの刺身、鶏肉のタタキ、鶏わさなどの半生製品、加熱不足の調理品など、**生又は加熱不十分な鶏肉**が原因となっています。

少量の菌でも発症するため、鶏肉の鮮度とは関係ありません。

「新鮮なのでぜひお召し上がりください」と出されることがありますが、新鮮でも菌が付着した鶏肉を生又は加熱不十分な状態で食べると発症します。



2. 二次感染

手や調理器具を介してカンピロバクターを付けてしまうことで、そのまま食べるサラダや加熱済み食品が原因となる事例もあります。

生肉そのものだけでなく、生肉に触れた手や包丁、まな板などの調理器具がサラダ等の食品を2次汚染することにより感染する場合があります。



そもそも、生ものとは？

- ・加熱(焼く、煮る、炙る、茹でる、蒸す等)、塩蔵や乾燥、燻蒸などの加工がされていない食品。
 - ・調理していない食品。
- ⇒特に魚介類を指す場合が多い。水分を多く含んでいる場合が多く、傷み易い。

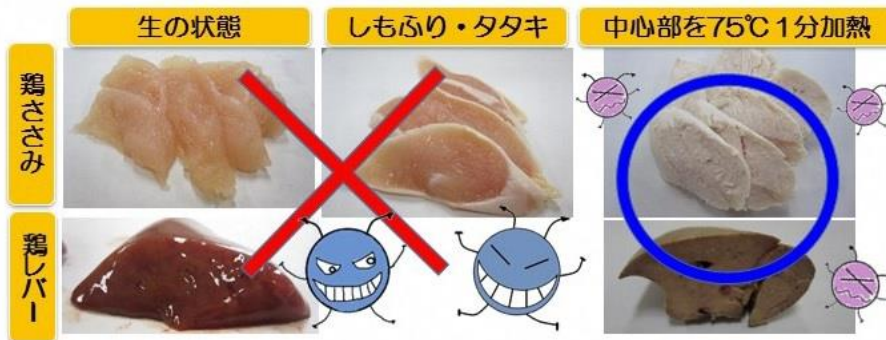
生野菜、刺身、たたき、お造りは生です！

カンピロバクター食中毒を防ぐ！



1. 十分に加熱して調理する

中心部まで十分に加熱調理することでカンピロバクターを死滅させ、食中毒を予防できます。目安は中心部 75 度で 1 分間以上です。家庭では、しっかりと色が変わるまで加熱しましょう。食べる前に十分な加熱処理をすることが必要です。



2. 包丁、まな板、器具はしっかり洗い、消毒する

まな板はまず、洗剤で洗います。その後熱湯をかけるなどして滅菌してください。まな板に熱湯をかけることで菌がほぼ死滅することが知られています。熱や乾燥に弱いので、調理器具は使用後に良く洗浄し熱湯消毒・乾燥することが大事です。



3. 鶏肉に触った後には手をしっかり洗う

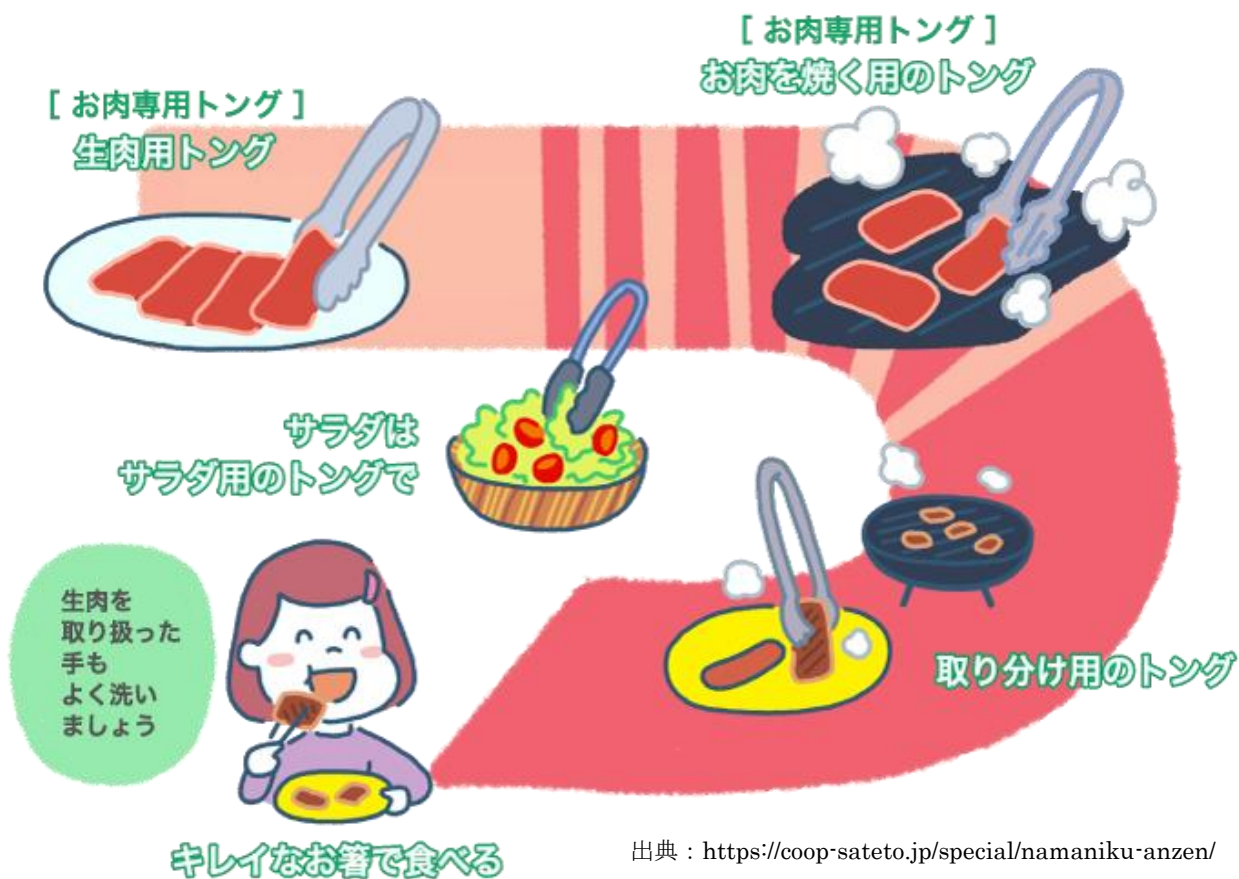
調理前・トイレの後、生の食肉・魚・卵を扱った後、およびトイレの後には必ず手を洗いましょう。手は、薬用石鹸などで2度洗いするようにします。手洗い後、ペーパータオル等を使用して手拭き時の再汚染を防ぎましょう。このことで、調理者からの感染防止が期待できます。



4. 調理には専用の箸やトングを使い、食べる箸と分ける

生肉に触れた手や箸で他の食材を汚染しないようにしてください。75°C以上1分以上加熱すれば病原体は死滅すると言われてはいますが、その後でまた生肉をつかんだら菌が付着してしまいます。

バーベキューや焼肉で、生肉を持ったトングや箸で焼けた肉を取ったり、焼けた肉と生肉がくっついていたりすると、感染リスクがぐんと高まります。生肉をつかむ箸は必ず専用にしなさい。



カンピロバクターがなくなる3つの誤解

●誤解1 新鮮な鶏肉だから大丈夫という誤解

「うちの新鮮だから」と胸を張って鶏刺しを出す店がありますが、カンピロバクター食中毒については「新鮮さ」は安全の裏付けにはなりません。むしろ新鮮な鶏肉のほうがリスクが高いと言えます。カンピロバクター菌は酸素濃度5～15%で増殖する微好気性細菌のため、酸素濃度約21%の大気中では増殖できず、徐々に死滅していくのです。新鮮さは万能ではありません。

●誤解2 「鶏肉のタタキ」は表面が加熱されているから大丈夫という誤解

「タタキ」なら表面は加熱されているはずですが、鶏肉の場合、表面を加熱しただけでは「安全」とはなりません。重要なのは「いつ」「どの状態で」加熱されたかです。例えば、既にカンピロバクターに汚染されてしまった鶏肉が飲食店に入荷し、先に包丁で切ったとすると、表面の菌は断面にも付着してしまいます。「タタキ」や生食で食べることを視野に入れるならば出荷段階で菌が陰性となっているのが必要条件です。もちろん調理に使う包丁やまな板は、洗浄・殺菌されている必要があります。

●誤解3 自己責任で食べるから大丈夫という誤解

「自己責任で食べるから、超レアで焼いて」というような、生食を求めるかのようなリクエストをする客がいるようです。食中毒患者を診察した医師は、関係各機関への届出が義務づけられます。たとえ、客の求めに応じたのだとしても、ひとたび食中毒を出したらその責任は店にあります。つまり何の責任も負うことのできない客自身が「自己責任で」と店に鶏肉の生食をせがむこと自体がおかしな話なのです。

今までにかかった学生の声より



Aさん 「とり刺し」:「僕、大好きなんです。居酒屋に行ったら「とりわさ」は絶対に頼む。今まで食中毒にかかったことなかったから大丈夫だと思った」「突然の高熱と下痢でもう大変。こんなになるとは思わなかった」

「肝刺し」:「えっ？肝刺して生なんですか？」「みんな食べてるから大丈夫だと思った」「発熱でしんどいし、とにかく腹痛と下痢がすごい。嘔吐も10回以上している。夜もトイレに忙しく眠れない」 Bさん

Cさん 「生レバー」:「めっちゃしんどかった。下痢しすぎてお尻ちぎれるかと思った。もう二度と食べない」

「ハツの刺身」:「みんな食べてるから大丈夫と思って食べた。僕だけ罹った。しんどくて病院に行けない」 Dさん

Eさん 「こころのお造り」:「こころって内臓やったんですか？」「急にお腹痛くなって下痢が始まった。これでもかというくらい(下痢が)でる」

「生鶏の昆布じめ」:「滅菌してるし新鮮なので安心して食べて下さい」と言われた。お店の人が言うんだから大丈夫だと思った」 Fさん

Gさん 「自家製サラダチキン」:「嘔吐で何も食べてないのに吐く。すごいしんどい」

きれいな呼び名にしたり、おしゃれな調理法になっても所詮生肉には変わりありません。手の込んだ料理になればなるほど人の手が触れる機会が多くなり、菌の付着の確率が上がります。

厚生労働省は「基準の策定を含め、規制の是非を検討」している段階です。長く鶏肉の生食文化がある鹿児島県や宮崎県には「生食用食鳥肉の衛生基準」があります。そのガイドラインでは解体時に肉を汚染させず、洗浄後表面を焼烙殺菌することになっていますが、それにも筋胃(砂肝)、肝臓は生食可能な部位から除外されています。

食文化は安全の上からこそ成り立ち、無知は文化を蔑ろにしてしまいます。

皆さんの情報と知識が自身を守ります。正しい知識をもって雰囲気や口車に騙されないようにしましょう。

**食べたからと言って全員感染する訳ではありません。“自分だけ”あたってしまうこともあります。
「これくらいなら大丈夫」「皆と一緒にだから大丈夫」というバイアスが自分の中にあることを知り、
備えの意識を高めましょう。**

〈引用〉

厚生労働省検疫所 FORTH 2018/02/15 <https://www.forth.go.jp/moreinfo/topics/2018/02151322.html>

堺市 HP「鶏の生食によるカンピロバクター食中毒にご注意」

<https://www.city.sakai.lg.jp/smph/kenko/shokuhineisei/shokuchudokuyobo/campylochui.html>

大阪市大正区 HP「最近多いカンピロバクター食中毒」 <https://www.city.osaka.lg.jp/taisho/page/0000041554.html>

厚生労働省「カンピロバクター食中毒予防について Q&A」 <https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000126281.html>

カンピロバクター食中毒—日本食品衛生協会 http://www.n-shokuei.jp/eisei/sfs_index_s09.html

日本の食べ物用語辞典

焼き鳥王国大国堂 <https://yakitori-ya.com/html/page2.html>

生食用食鳥肉の衛生基準(2018年6月14日南日本新聞)

生活協同組合連合会コープ九州事業組合 <https://coop-sateto.jp/special/namaniku-anzen/>