

## ＜県民への呼びかけをお願いします＞

特に、夏場は、カンピロバクターによる食中毒に注意が必要です。

カンピロバクターによる食中毒の主な症状は下痢、腹痛、発熱等で、潜伏時間が平均2日から3日と他の食中毒菌に比較して長いので、食中毒と気が付かない場合があります。注意が必要です。カンピロバクターは、ニワトリやウシなどの腸管にいる細菌で、熱に弱いので、冷蔵保管と十分な加熱で食中毒を予防することができます。新鮮な鶏肉からも見つかり、生・半生・加熱不十分な鶏肉料理は特に注意が必要です。

### **焼肉やバーベキューでの食中毒に注意しましょう！**

カンピロバクター食中毒を予防するため、  
食肉の調理や外食の際は次のことに気をつけましょう

#### **【調理時】**

- ① 生肉を触った後は、**消毒用石けん**を使用して手洗いをしましょう。
- ② 食肉の処理に使用した**まな板や包丁は、よく洗浄し消毒**しましょう。
- ③ 食肉を調理する際は、**中心部まで十分に加熱（75℃1分以上）**しましょう。  
特に、若齢者、高齢者のほか抵抗力の弱い方は、**生肉等を食べない**ようにしましょう。
- ④ 生肉と加熱済み食品は別々に**冷蔵庫に保管**しましょう。
- ⑤ 「**焼く箸**」と「**食べる箸**」を**区別**して使用しましょう。

#### **【外食時】**

よく加熱された鶏肉料理を選びましょう。

#### **◆◆◆ 食中毒予防には食中毒予防3原則と手洗いを！ ◆◆◆**

食中毒予防3原則とは、食中毒を引き起こす菌やウイルスを  
「**つけない（清潔）・ふやさない（冷蔵）・やっつける（加熱）**」ことにより  
食中毒を予防する方法です。

「**つけない**」 …食材や手、肉や魚を扱った**まな板や包丁はこまめに洗い**ましょう。

「**増やさない**」 …調理後はすぐに食べ、保存する場合は冷ましてから**冷蔵庫に入れ**ましょう。

「**やっつける**」 …肉は**中心部まで十分に加熱**しましょう。

【参考】 本県での食中毒発生状況（中核市を除く）

| 発生年             | 件数 | うち、カンピロバクターによるもの |          |
|-----------------|----|------------------|----------|
|                 |    | 件数（再掲）           | 全体に占める割合 |
| 平成 2 8 年        | 9  | 3                | 33.3%    |
| 平成 2 9 年        | 4  | 2                | 50.0%    |
| 平成 3 0 年        | 3  | 1                | 33.3%    |
| 平成 3 1 年・令和元年   | 2  | 0                | 0.0%     |
| 令和 2 年          | 4  | 1                | 25.0%    |
| 令和 3 年          | 3  | 1                | 33.3%    |
| 令和 4 年          | 3  | 1                | 33.3%    |
| 令和 5 年          | 5  | 1                | 20.0%    |
| 令和 6 年          | 5  | 3                | 60.0%    |
| 令和 7 年          | 4  | 0                | 0.0%     |
| 令和 8 年（7/21 現在） | 4  | 0                | 0.0%     |

※中核市（青森市、八戸市）の状況については各市へ個別に問い合わせください。