

# STOP 鶏肉は生で食べないで!

鶏肉はよく加熱してから食べましょう!

鶏レバ刺し



危険



鶏たたき

お肉の生食  
やめましょう!  
加熱不十分

発熱

腹痛

下痢

食品衛生出張講習会をご利用ください!!

10人以上集まれば、ご希望される場所にうかがい食中毒予防についてお話しします。

【問合せ先】 江戸川保健所生活衛生課食品衛生（小岩健康サポートセンター内）

電話 （3658）3177

裏面もご覧ください



# ちょっと待って！鶏肉は生で食べると危ないですよ！

牛レバーや豚肉の生食は法律で禁止されていますが、鶏肉の生食については規制がありません。しかし、最近多発傾向の「**カンピロバクター食中毒**」の主な原因食に、生や加熱不十分な鶏肉があげられています。江戸川区内でも昨年、飲食店で加熱不十分な鶏肉を食べた複数の方がカンピロバクター食中毒となりました。カンピロバクター食中毒を防ぐために、生や加熱不十分な鶏肉や鶏レバーを食べるのはやめましょう。

## 1 どんな症状になりますか？

主な症状は、下痢、腹痛、発熱などです。食事をしてから症状が現れるのが、1～7日（平均2～3日）と長いことが特徴です。

食中毒症状が治まった後、手足の麻痺や顔面神経麻痺、呼吸困難などを起こす「ギランバレー症候群」を発症することもあり、症状が重いと死亡する事例も確認されています。

## 2 どんな食品が原因となりますか？

鶏たたきや鶏刺し、鶏レバ刺しなど生や加熱不十分な鶏肉が主な原因食品です。

平成29年に東京都内で発生したカンピロバクター食中毒事件のうち、93%が生や加熱不十分な鶏肉を含む料理を食べていました。

他にも生の鶏肉に触れた手や調理器具を介して汚染された食品も原因食品となります（二次汚染）。

## 3 なぜ鶏肉が原因になるのですか？

鶏の消化管内には、食中毒細菌である「カンピロバクター」が生息しています。そのため、鶏肉を加工する際に、消化管にいたカンピロバクターを鶏肉に付着させてしまうことがあります。

流通している鶏肉の調査によると、4割から6割にカンピロバクターが付着しているとの研究結果も報告されています。

## 4 どうしたら予防できますか？

鶏肉を調理する際は、中心まで十分に加熱するようにしましょう。表面を加熱するだけの調理ではカンピロバクターは死滅しません。

二次汚染を防ぐために、生の鶏肉に触れた後は、石けんを使ってよく手を洗いましょう。また、鶏肉を扱った調理器具は洗剤で洗浄したあと、熱湯や薬剤を用いた消毒を行うようにしましょう。