

カンピロバクター食中毒は、肉の生食などで起こることはよく知られています。ところが、生食をしない学校の調理実習でも毎年のように発生しており、5月と6月に多い傾向があります。(図1・図2) この時期はカンピロバクター全体の食中毒の発生が増えるとともに、学校での調理実習がこの時期に集中的に行われるためと思われます。調理実習の食中毒を通してカンピロバクターの食中毒について考えてみます。

1 なぜ、調理実習でカンピロバクター食中毒が起こるのか

■メニューに鶏肉がある

高校の調理実習では「親子どんぶりとハウレンソウのあえ物」が定番のようです。このメニューでは何度か食中毒が起きており、注意が促されているにも関わらず繰り返し発生しています。

親子どんぶりに使用する鶏肉には、カンピロバクターが付着していることが十分理解されていないようです。市販されている鶏肉には、6割～9割ほどの割合でカンピロバクターが付着しているとの調査結果もあります。

一般の飲食店でも、鶏の生食等が原因と推定されるカンピロバクター食中毒が毎年多数発生しています。原因と推定される食品は、鶏刺し、鶏のササミの湯通し(あぶり肉)、鳥わさ、鶏レバ刺(湯通し)、胸肉のカルパッチョ(湯通し)、ササミのタルタル(湯通し)などです。一般飲食店でのカンピロバクター食中毒は、生食を止めれば8割減らすことができると言われています。調理実習では生食はしないのに、何故繰り返し食中毒が発生するのでしょうか？

■お浸しや和え物の存在

調理実習では、副菜としてハウレンソウのお浸しや和え物が献立になっています。食中毒の原因としては、鶏肉の加熱不足が考えられますが、それと同時に、加熱後に処理するお浸しや和え物の存在があります。給食調理では、まな板や包丁などは、生肉用、野菜用、加熱済み用と使用区分されていますが、調理実習では、まな板の枚数が少なく、鶏肉を処理したまな板で、茹でたハウレンソウを切る可能性があります。洗浄不十分のまな板にはカンピロバクターが残っています。カンピロバクターは100個程度の少量の菌数で食中毒を起こすため、洗浄不足が事故を起こす要因となります。

■手洗い不足

生徒にはできるだけ生肉に触れさせないように、親子丼用にあらかじめ細断した鶏肉を仕入れる学校もあります。しかし、授業では生徒が興味本位で鶏肉に触れることもあるようです。生肉に触

れた後の手洗いが不十分なまま、和え物に触れることがあれば食中毒の原因となります。

2 カンピロバクターとは

■どこにいるのか

この菌は、食肉になるニワトリ、ウシの他、ペット、野鳥、野生動物などあらゆる動物が保菌しています。微好気性（5～15%の酸素条件を好むという特殊な性状）で、常温の空気中では徐々に死滅しますが、4℃以下の温度ではかなり長い間生きています。

■食中毒を起こすのは

カンピロバクターに汚染された食品、飲料水の摂取や、動物との接触によってヒトに感染します。100個程度と比較的少ない菌量の摂取でも症状を起こします。原因食品として特に多いのは鶏肉（鶏レバーやささみなどの刺身、鶏のタタキ、鶏わさなどの半生製品、加熱不足の調理品など）で、規制される前は牛生レバーでの発生もありました。また、汚染された井戸水、湧水及び殺菌が不十分な簡易水道水を感染源とした水系感染事例も発生しています。

■症状

下痢、腹痛、発熱、悪心、嘔気、嘔吐、頭痛、悪寒、倦怠感などで、他の感染型細菌性食中毒と同様です。患者は1週間程度で治癒し、通常、死亡例や重篤例はまれですが、若齢者・高齢者、その他抵抗力の弱い者は重症化することがあり注意が必要です。また、潜伏時間が一般に2～5日間とやや長いことが特徴です。

カンピロバクターに感染した数週間後に、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」を発症する場合があります。

3 カンピロバクター食中毒を予防するには

■一般的な予防方法

加熱調理によりカンピロバクターを死滅させること、及びカンピロバクターに汚染されている可能性のある食品からの二次汚染を防止することです。

具体的には、

- ①加熱不十分な食肉（鶏肉）や、レバーなどの臓器あるいは食肉等を生で食べない。
- ②未殺菌の飲料水・井戸水・沢水を飲まない。必ず塩素消毒や煮沸消毒すること。
- ③食肉は十分に加熱調理（食品安全委員会では65℃で数分程度の加熱を推奨していますが、調理場では中心部を75℃以上で1分間の加熱でよいでしょう）を行う。
- ④二次汚染防止のために、食肉は他の食品と調理器具や容器を分けて処理や保存を行う。

⑤食肉を取り扱った後は手を洗ってから他の食品を取り扱う。

⑥食肉に触れた調理器具等は使用後洗浄・殺菌を行うこと。できれば、洗浄は調理作業終了後行う。

■調理実習での注意点

①お浸しやサラダ、和え物は先に、鶏肉料理は後に調理するなど、調理の順番を考慮する。

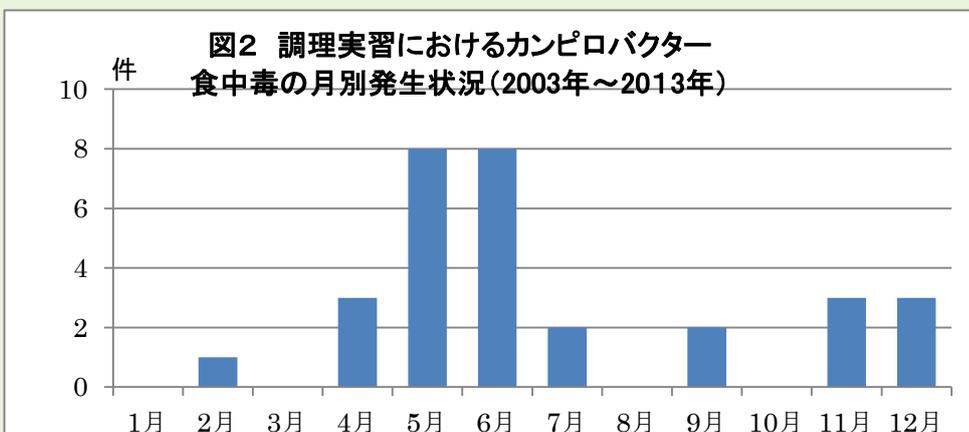
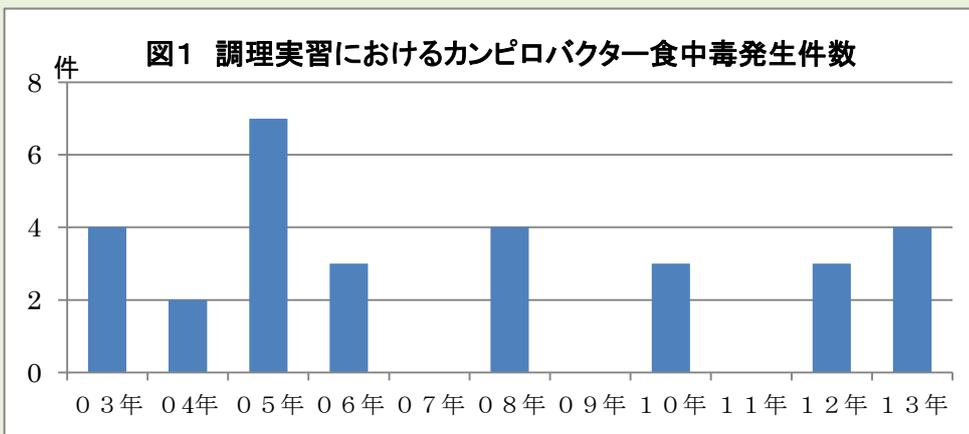
②手から汚染を広げない

- ・鶏肉に触れた後は和え物などに触れない。
- ・鶏肉に触れる時は手袋をして、手指を汚染しないようにする。
- ・鶏肉を扱った手指は、他のものに触る前に丁寧に洗う。
- ・盛り付け時は手袋を着用する。

③包丁やまな板を複数用意し、肉は専用の物を使用し、他の食材と共用しない。やむを得ず共用しなければならない場合は、肉を切るのは最後にする。それも難しければ、鶏肉を切った包丁、まな板等はすぐに洗剤で洗い、熱湯をかける等の衛生対策を行ってから、他の調理に使用する。

④手指や調理器具を洗浄する時には、他の食品へ菌を飛ばさないよう静かに洗う。

⑤鶏肉は十分に加熱（中心部が75℃1分）する。



資料：厚生労働省食中毒統計より作成