

生食用鮮魚介類による食中毒について

- 生活衛生部門 第一検査室 -

はじめに

生活衛生部門の第一検査室は、京都市中央卸売市場第一市場内にあります。第一市場では主に水産物や青果物を取り扱っており、みなさんがまだぐっすり眠っている早朝からにぎわいをみせています。その中で当検査室は、大きく分けて監視・指導業務と検査業務を行っています。具体的には、市場に有毒魚介類など危険な食品が流通していないか、市場を流通する食品が衛生的に取り扱われているかを監視しています。また、法律で定められた食品としての規格基準に外れていないかを検査しています。

今回は、日本人の大好きなお刺身（生食用鮮魚介類といいます）が、細菌に汚染されることによってしばしば発生する食中毒について、お話ししたいと思います。



市場内の監視

細菌性食中毒について

私たちの身のまわりには、細菌という肉眼では見えない生物がいるのをご存じでしょうか。細菌は空気中や海水中、そして私たちの体内などあらゆる所に存在します。体内中で人間にとって有益な働きをしている細菌もありますが、その一方で、人間に悪さをする細菌もあります。

例えば、ある種の細菌は食品を不衛生に取り扱ったりすると食品に付着し、室温で放置するなどして温度管理を怠ったりすると増殖します。このような食品を食べることによって、人間に害が及ぶ場合があります。これを「細菌性食中毒」といいます。細菌が食品中で増殖していても、味もおいも変わらないため気づくことは困難です。ただこのような細菌は、一般的に熱に弱いので、食品を十分に加熱すれば死んでしまいます（ただし例外もあります！）。

しかし、生食用鮮魚介類のように生のまま食べる場合は、加熱等をしていないので細菌は死にません。そのため細菌が食品に付着したまま体内に入り込むので、食中毒を引き起こす可能性が高くなります。簡単ではありますが、以上が細菌性食中毒が発生する仕組みです。

次に、生食用鮮魚介類を介して起こる細菌性食中毒についてお話しします。

腸炎ビブリオについて

生食用鮮魚介類による食中毒で、圧倒的に多いのが「腸炎ビブリオ」という細菌によるものです。腸炎ビブリオの性質とそれによる食中毒の特徴を挙げると次表のとおりです。

腸炎ビブリオの性質	腸炎ビブリオによる食中毒の特徴
食塩水（海水と同じくらいの濃さ）を好み 海水中や海底の泥の中に存在する 海水温が 20 以上，最低気温が 15 以上 になると大量に発生する 増殖速度が他の細菌より速い	生食用鮮魚介類が原因食品となる事が多い 夏期に集中して起こる 日本での発生頻度が比較的高い

腸炎ビブリオは、海水中に存在するため魚介類に付着しやすく、水温と気温が上昇する夏に大量に増殖するので、夏期に食中毒が起こりやすいのです。特に日本では魚介類の生食の習慣があるため、腸炎ビブリオによる食中毒が起こりやすいというわけです。

腸炎ビブリオによる食中毒の症状としては、激しい下痢や腹痛、はき気、おう吐などの一般的な胃腸炎症状などに加えて粘血便（粘液と血液が加わった便）がみられます。このような食中毒を未然に防止するため、平成 13年度に食品衛生法で『生食用鮮魚介類については腸炎ビブリオの最確数が食品 1gにつき 100以下でなければならない』という成分規格の基準が新たに制定されました（最確数とは腸炎ビブリオのおよその数と考えてください）。この基準を満たさない場合は、生食用鮮魚介類として販売することはできません。当検査室では、この基準に基づき、市場を流通する生食用鮮魚介類について腸炎ビブリオ検査を行っており、これまでのところ違反したものはありません。

家庭で気をつけていただきたいこと

最後に、家庭における腸炎ビブリオ食中毒の予防のポイントを挙げます。ぜひ家庭でも実行しましょう。

温度管理の徹底	4 以下では増殖しないのでわずかな時間でも冷蔵庫（チルド室：0～4）を活用する 冷気を逃がさないために冷蔵庫の開閉時間や回数を少なくする 冷気の循環をよくするために冷蔵庫に食品を詰め込みすぎない（割以下が望ましい）
洗浄の徹底	下ごしらえ前の魚介類は水道水でよく洗う 下ごしらえ後、手指やまな板、包丁などはしっかり洗剤で洗浄する まな板など調理器具はさらに熱湯で消毒する 未洗浄のまま他の食品を調理したりさわったりしない（二次的な汚染を防ぐ）

なるべく早く食べることも大切です。春から夏へとこれから暖かくなりますので、食中毒が発生する危険性が高まります。食品の取り扱いには十分気をつけてください。