

# 食品衛生のしおり

(令和8年度版)



千葉県マスコットキャラクター  
チーパくん

千葉県健康福祉部衛生指導課



## — 目 次 —

令和8年度版トピックス	1~2
第1 食品衛生	5
第2 食中毒	5~12
1 食中毒の種類	5
2 令和7年食中毒発生状況/速報値	6
3 主な食中毒	7
第3 食中毒予防	13~15
1 細菌性食中毒の予防	13
2 ウイルス性食中毒の予防	14
3 食中毒注意報・警報	15
第4 自主衛生管理	16~18
1 HACCPによる衛生管理	16
2 食品衛生責任者	17
3 食品のリコール制度	18
第5 調理施設の衛生管理	20~26
1 施設・設備の衛生管理(一般衛生管理)	20
2 食品取扱いの衛生管理(工程管理)	21
★3 調理器具・容器、機械の衛生管理(一般衛生管理)	24
4 食品を扱う人の衛生管理	24
第6 食肉等の安全性確保	27~28
1 生食用食肉(生食用として販売される牛の食肉)	27
2 牛の肝臓(牛レバー)及び豚の食肉(内臓を含む)の生食の禁止	28
3 イノシシ・シカなどの野生鳥獣肉(ジビエ)の衛生管理	28
第7 食品の表示	29~35
1 名称	29
2 原材料名	29
3 原料原産地名	29
★4 添加物	29
5 アレルゲンを含む食品の表示	29
6 内容量	30
7 保存方法	30
8 期限表示	30
★9 遺伝子組換え食品の表示	30
10 食品関連事業者	31
11 製造所の表示	31
12 栄養成分表示	31

13 表示例	31
14 外食・中食における食物アレルギーに関する情報提供について	32
15 参考資料	32
第8 ふぐの取扱い	33
第9 資料編	34～37

※★のついている項目は、資料編にも記載があります。

※ページ中、●のついている項目は、ホームページで詳細をご確認いただけます。

## 食品表示の貼り間違いに注意しましょう

令和3年6月1日に改正食品衛生法が完全施行され、食品衛生法や食品表示法に違反又は違反のおそれがある食品等の自主回収(リコール)を行った場合、管轄の自治体へ届出することが義務化されました。消費者庁によると、令和7年3月末日時点で、食品表示法に関する自主回収の届出数は6,319件でした。

このうち、アレルギー表示に関する届出が約60%で、その原因の多くはラベルの貼り間違いによるものでした。また、業種別にみると、アレルギー表示に関する届出が最も多かったのはスーパー等の販売業でした。

食品表示ミスは、消費者からの信頼を失うだけでなく、健康被害を招くおそれもあります。

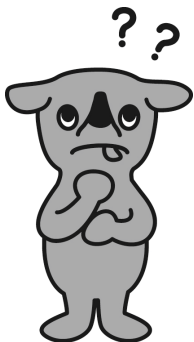
特にアレルギー表示の誤りや欠落は「CLASS I (喫食により直ちに消費者の生命又は身体に対する危害の発生の可能性が高いもの)」に分類され、重大な事故の原因になるおそれがあります。

表示ミスの主な原因は「ヒューマンエラー」です。今一度、表示ラベルに関するルールを見直し、正しい食品表示をしましょう。

発生要因 回収理由	ラベルの貼り間違い	ラベルの誤入力・入力漏れ 印字機の不具合	使用原材料の間違い	ラベルの貼り忘れ	その他	理由の記載なし	計 (%)
アレルギー 28品目(1-フェニルアラニン化合物を含む旨を含む)	2,133	435	227	99	79	324	3,297 (57.7%)
期限表示 (保存方法の重複を含む)	153	1,377		99	71	151	1,851 (32.4%)
保存方法 (温度帯変更を含む)	7	115		8	2	27	159 (2.8%)
個別的義務表示 (別表第19・24関係)	17	27		1	11	6	62 (1.1%)
その他	62	53		140	58	34	347 (6.1%)

回収の理由 業種	アレルギー 28品目(1-フェニルアラニン化合物を含む旨を含む)	期限表示 (保存方法の重複を含む)	保存方法 (温度帯変更を含む)	個別的義務表示 (別表第19・24関係)	その他	計 (%)
販売業 (スーパー)	2,192	726	100	26	89	3,133 (54.8%)
製造業	636	675	21	22	97	1,451 (25.4%)
販売業 (その他)	298	290	24	10	100	722 (12.6%)
飲食店 (持ち帰り弁当店を含む)	115	81	7	4	32	239 (4.2%)
その他	56	79	7		29	171 (3.0%)

消費者庁ホームページ 食品表示法に基づく自主回収の届出状況(R3.6.1-R7.3) より抜粋



- ✓ 食品表示の取扱いは、ルールどおりにやっていますか？
- ✓ 現行のルールに問題はありませんか？
- ✓ ヒヤリハットを見逃していませんか？

📖 詳細は29ページ 第7 食品の表示 を参照してください。

## キャパオーバーに要注意！

近年、催事等において一過性の大量注文に応じるため、生産能力以上の製造を行った結果、衛生管理不備が生じたことが原因と推察される食中毒事例が発生しています。

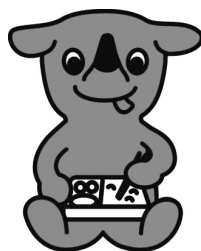
土用丑の日、クリスマス、節分等、食に関するイベントにより通常よりも多くの調理を行う場合、忙しさ等から一般衛生管理がおろそかになりがちです。また、一時的に臨時の従業員を雇用する場合、衛生教育が不十分になるおそれがあります。

大量注文が入った時には食中毒に注意し、平時から大量注文を想定した衛生管理を実施しましょう。対応することが難しいと少しでも思ったら、注文を断りましょう。

### ▶ 事例紹介 ◀

駅弁が原因となった広域食中毒	うなぎ弁当等が原因となった食中毒
<p>病因物質／セレウス菌・黄色ブドウ球菌 発症人数／554人(29都道府県) 原因食品／原因施設で製造された弁当 行政処分／営業禁止</p>	<p>病因物質／黄色ブドウ球菌 発症人数／162名 原因食品／飲食店で調理、販売された、うなぎ弁当、うなぎかば焼き及びうなぎ重 行政処分／営業禁止(全部または一部)</p>
<p>▶ 普段の製造量を遥かに超える注文(通常の3倍程度)を受注した。 ▶ 繁忙期に一部米飯を委託製造。委託米飯について受入れ時温度が適切に管理されていなかった。 ▶ 搬送容器を清潔区域に入れてしまった。 ▶ 臨時従業員を雇用していた。</p>	<p>▶ 普段の製造量を遥かに超える注文(通常の10倍程度)を製造した。 ▶ 手洗いが不十分で、素手で調理をしていた。 ▶ 一部の弁当は調理場の外(客席)で盛り付けしていた。 ▶ 臨時従業員を雇用していた。 ▶ 調理後長時間保管され、菌が増殖した可能性。</p>

食のイベントは、楽しくおいしく、安全に！



👉 次ページのチェックリストを活用し、キャパオーバーによる食中毒発生を予防しましょう。

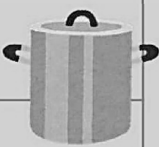
# いつもより多い注文受注を検討している方へ

チェックがあるとキャパオーバーの可能性があり  
複合的に食中毒のリスクが高まります！

チェック☑してみよう！


十分な加熱ができますか？（中心温度75℃で1分以上）

**A**

<input type="checkbox"/>	焼く 揚げる 炒める	・一度に調理する食材の量が、いつもより多くなる	
<input type="checkbox"/>	煮る	・いつもより大きい鍋を使う	


速やかに放冷・冷却・保管ができますか？（2時間以内に21℃以下）

**B**

<input type="checkbox"/>	時間	・いつもより調理の時間や提供（喫食）までの時間が長くなる	
<input type="checkbox"/>	環境	・いつもより放冷場所（調理場内）の温度・湿度が高くなる	
<input type="checkbox"/>	冷蔵庫	・冷蔵庫の中がギュウギュウになる（原材料、製品など）	

いつもと違う作業をしますか？

**C**

<input type="checkbox"/>	モノ	・原材料の納入元や納品量を変更・追加をする ・いつもと同じように調理器具や原材料の洗浄・消毒ができない	
<input type="checkbox"/>	ヒト	・臨時で雇用する職員がいる ・いつもと同じ頻度で手洗いでできない	
<input type="checkbox"/>	場所	・調理室内で作業が完結できない ・いつもと作業工程や動線が異なる ・施設、作業場所をいつものタイミングで洗浄・消毒できない	


☑が付いたら裏面の対策へ

## キャパオーバーが疑われる過去の食中毒事例

発生年月	原因食品(疑い)	原因物質	施設	患者数(死亡)	主な発生要因
R5.8	弁当 (出汁巻、鶏胸肉焼)	サルモネラ属菌	弁当製造施設 (飲食店)	117名(1名)	・原材料の前日調製 ・不十分な加熱 ・緩慢な冷却 ・適時の手洗い不足
R5.9	弁当 (米飯)	黄色ブドウ球菌 セレウス菌	弁当製造施設	554名	・緩慢な冷却 ・適時の手洗い不足
R6.2	巻き寿司	黄色ブドウ球菌	寿司店	150名	・製品の温度管理不足


# 対策にチェック☑して食中毒を予防しましょう！

## A 「加熱」について


<input type="checkbox"/>	焼く 揚げる 炒める	○ いつもと同じ火の通り加減か確認します！ 一度に大量に調理すると温度が十分に上がらないことがあります	
<input type="checkbox"/>	煮る	○ 十分にかき混ぜながら中心部まで加熱します！	

## B 「保存温度と時間」について

最終加熱 (盛り付け) → 21～57℃の温度帯は、2時間以内 → 食べる

<input type="checkbox"/>	時間	○ 調理時間、提供までの時間が変わらないように手順を見直します！ ・ 食べられるまでが長くなる場合は調理後に素早く10℃以下に冷却する ・ 冷たいものは常温に置く時間を短くする ・ 従業員を増やす（「C ヒト」参照） ・ 効果的な機材（真空冷却機など）を準備する ・ 保冷したまま輸送する	
<input type="checkbox"/>	環境	○ 放冷する場所は、温度25℃以下、湿度80%以下にします！	
<input type="checkbox"/>	冷蔵庫	○ 冷蔵庫の温度を10℃以下にします！ ・ 食材を入れる量は、冷蔵庫の容量の7割以下にする ・ 設定温度を下げる ・ 粗熱を取ってから入れる ・ 出し入れ時に庫内温度のチェックをする	

## C 「慣れない作業」について

<input type="checkbox"/>	モノ	○ 検品の手順や受入れの基準を決めて納品時にしっかり確認します！ いつもと違う原材料は受入れの基準を満たしていない可能性があります（包装に穴、温度逸脱など） ○ 調理器具や原材料の洗浄・消毒は適切に行います！ 製造量に応じて消毒液の交換頻度を増やすなどの対策が必要です	
<input type="checkbox"/>	ヒト	○ 臨時で雇う従業員へ事前に衛生教育を行います！（手洗い方法など） 衛生に関する知識が不十分だと、食品の取り扱いが不衛生になる可能性があります ○ 適切なタイミングでの手洗いを遵守します！（調理前、作業変更時など）	
<input type="checkbox"/>	場所	○ 調理室内で作業を完結できるように作業工程を工夫します！ ○ 変更した作業工程や動線に問題がないことを製造開始前に確認します！ ○ 施設、作業場所の適切なタイミングでの洗浄・消毒を遵守します！	

A B C の対策にチェックが入れない場合は・・・

メニューの一部を調理しやすいものに変更することも検討してください  
それでも難しい場合は、勇気をもって注文を断ることが大切です！



○相談・問い合わせ先 ○○保健所 もしくは ○○○課(電話○○-×××-□□□)

 厚生労働省 いつもより多い注文受注を検討している方へ



## 第1 食品衛生

食品衛生法は、飲食に起因する衛生上の危害の発生を防止し、国民の健康の保護を図ることを目的とする法律です。

この法律で食品衛生とは、「食品、添加物、器具及び容器包装を対象とする飲食に関する衛生」をいいます。

食品衛生は、営業者、行政、消費者の役割分担を明確にし、それぞれがその責任を果たすことで初めて実現されます。

## 第2 食中毒

食中毒とは、一般的に「飲食物に食中毒菌が付着して増殖したり、有害、有毒な化学物質を含んでいたり、あるいは、容器包装などを通じて有害・有毒物質が混入したりしたものを、食べることによって発生する胃腸炎症状を主とする健康障害」をいいます。

### 1 食中毒の種類

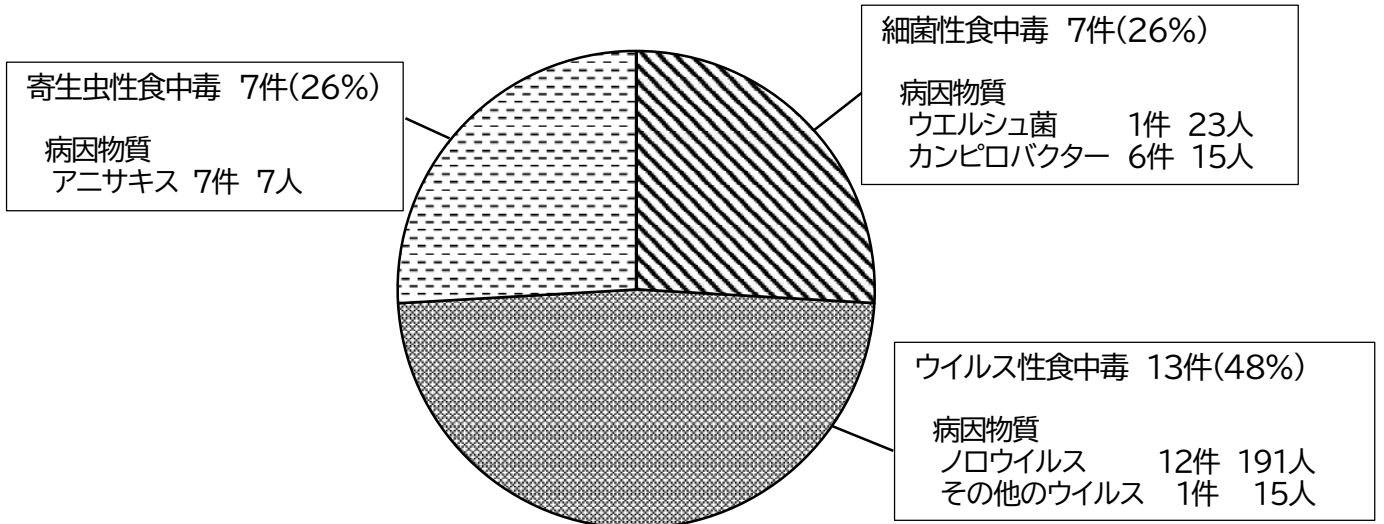
種類	主な病因物質	原因となった食品など
細菌性食中毒	カンピロバクター (7ページ参照)	鶏肉、飲料水など
	ウエルシュ菌 (8ページ参照)	シチュー、カレーなど
	黄色ブドウ球菌 (8ページ参照)	おにぎりなど
	腸管出血性大腸菌 (9ページ参照)	加熱不十分な肉類など
	下痢原性大腸菌	食肉、飲料水、サラダなど
	サルモネラ属菌 (10ページ参照)	卵加工品、食肉など
	セレウス菌	炒飯、焼きそばなど
	ボツリヌス菌	いずしなど
	腸炎ビブリオ (10ページ参照)	刺身、寿司、弁当類など
ウイルス性食中毒	ノロウイルス (11ページ参照)	二枚貝類、サラダなど
寄生虫性食中毒 (11ページ参照)	アニサキス	刺身、寿司など
	サルコシステイス	馬刺しなど
	クドア	刺身、寿司など
化学性食中毒 (11ページ参照)	ヒスタミン・化学物質・その他	洗剤、消毒薬、微量重金属、変敗した油脂などに汚染された食品
自然毒食中毒 (12ページ参照)	植物性自然毒	毒キノコ、観葉植物など
	動物性自然毒	フグ、毒カマス、毒化した貝など

## 2 食中毒の発生状況 (R7 速報値、千葉市、船橋市、柏市を含む)

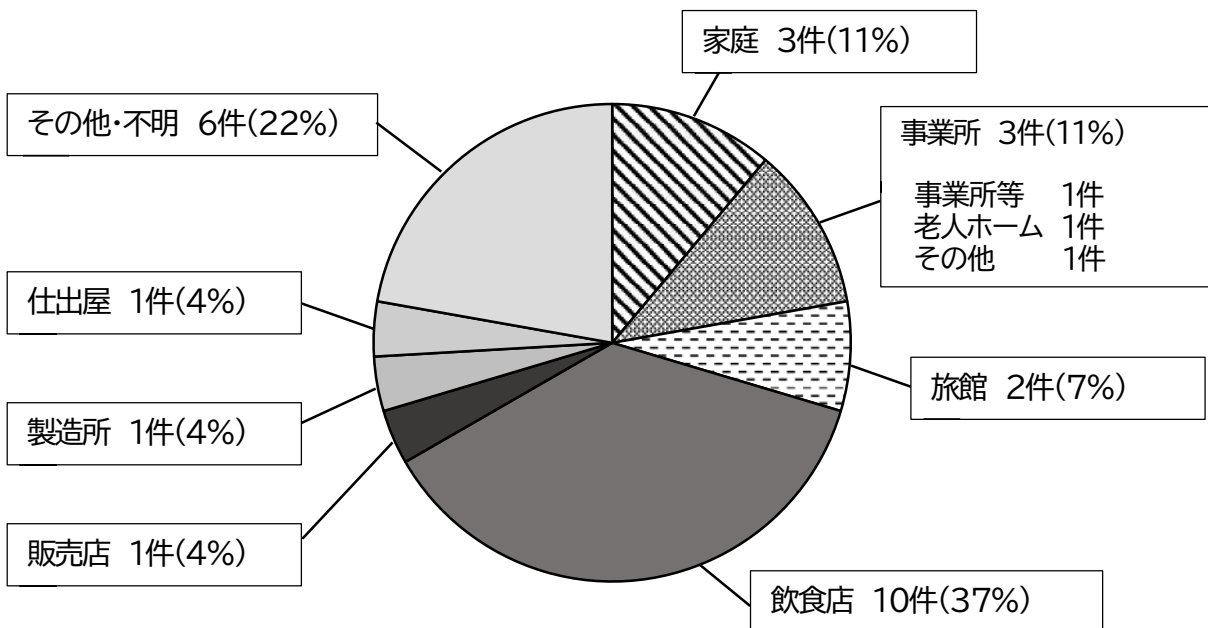
事件数 27 件

患者数 251人

### 1) 原因物質別発生状況



### 2) 原因施設別発生状況



### 3 主な食中毒

#### 1) 細菌性食中毒

カンピロバクター(カンピロバクター・ジェジュニ及びカンピロバクター・コリ)	
特 徴	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ニワトリやウシ、ブタなどの家畜やイヌなどのペットの腸管内に生息。</li> <li>・少量の菌量(数百個程度)でも発症する。</li> <li>・10℃以下の低温でも長時間生存する。</li> <li>・微好気(少量の酸素がある状態)という特殊な条件で増殖する。</li> </ul>
原因食品	<ul style="list-style-type: none"> <li>・加熱が不十分な食肉(特に鶏肉)やレバー(鶏、豚)等の臓器</li> <li>・二次汚染を受けた食品・飲料水</li> </ul>
潜伏期間	1～7日
主な症状	<ul style="list-style-type: none"> <li>・発熱、腹痛、下痢、倦怠感、頭痛</li> <li>・感染した数週間後に、ギラン・バレー症候群*を発症する場合がある。</li> </ul>
対 策	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生肉などは、早めに調理し十分加熱(75℃以上、1分間以上)すること。</li> <li>・生肉と調理済食品は別々に保管すること。</li> <li>・調理器具を使い分け、使用後の洗浄消毒を十分に行うこと。</li> <li>・井戸水など、水道水以外の水を使用する場合は、必要に応じて消毒すること。</li> </ul>
<p>* ギラン・バレー症候群:筋肉を動かす運動神経が障害されて、手足の力が入りにくくなり顔や体の筋肉が麻痺します。呼吸に関係する筋肉に麻痺が起きると人工呼吸器をつけざるを得なくなることもある深刻な病気です。</p>	
△過去の事件例	
事件の年月	内容
平成28年5月	イベント会場において提供された加熱不足の食鳥肉を使用した「トリささみ寿司」を原因とする大規模な食中毒が発生。
令和5年8月	未殺菌の湧水を使用して調理された食品を原因とする大規模な食中毒が発生。

🔍 詳細は HP からご確認ください。

厚生労働省 カンピロバクター食中毒予防について Q&A



千葉県 食中毒予防啓発動画カンピロバクター編



ウエルシュ菌	
特 徴	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ヒトや動物の腸管内、土壌、下水、食品又は塵埃など自然界に広く分布。</li> <li>・耐熱性の芽胞*を作るため、100℃で1～6時間でも生存する。</li> <li>・加熱調理により他の細菌が死滅し、酸素が抜けた状態の食品中で急速に増殖する。食品の中で大量に増殖したウエルシュ菌が食べ物とともに胃を通過、ヒトの腸管内で増殖し、芽胞を形成する時に毒素(エンテロトキシン)を産生することにより症状が起きる。</li> <li>・大量調理で発生しやすいため、1事例当たりの患者数が多く、大規模化しやすい傾向にある。</li> </ul>
原因食品	カレー、シチュー、パーティー・旅館での複合調理品 (大量に加熱調理され、大きな器のまま室温で放冷されていた事例が多い)
潜伏期間	6～18時間
主な症状	<ul style="list-style-type: none"> <li>・腹痛、下痢</li> <li>・ほとんどの場合、発症後1～2日で回復。</li> </ul>
対 策	<ul style="list-style-type: none"> <li>・加熱調理後は、常温のまま放置せず、できるだけその日のうちに食べること。</li> <li>・保管する際は、小分けしてから急速に冷却し10℃以下で保存すること。</li> <li>・加熱調理をした食品を温めなおす際は、おたま等で鍋底までかき混ぜ、中心までしっかり加熱すること。(底が深い鍋やカレーなどのとろみのある煮込み料理は特に注意)</li> </ul>

\* 芽胞:ウエルシュ菌を含む特定の菌が作る殻のような構造。菌にとって悪い環境(高温など)になると、芽胞を形成して生き残り、発育に適した環境(12～50℃)になると、通常の菌の状態に戻り、再び増殖します。

🔍 詳細は HP からご確認ください。

農林水産省 煮込み料理を楽しむために～ウエルシュ菌による食中毒にご注意を！！～



黄色ブドウ球菌	
特 徴	<ul style="list-style-type: none"> <li>・手指の切り傷や化膿巣に存在するほか、健康なヒトの鼻の中や喉、動物の皮膚・腸管、ホコリの中などヒトの生活環境に広く分布。</li> <li>・食べ物の中で増殖する際に食中毒の原因となる毒素(エンテロトキシン)を産生し、この毒素を食品と一緒に食べることで症状が起きる。</li> <li>・菌は熱に対して弱いですが、エンテロトキシンは耐熱性であるため、一度毒素ができてしまうと、加熱しても食中毒は防げない。</li> </ul>
原因食品	おにぎり、仕出し弁当、生菓子など
潜伏期間	1～6時間
主な症状	・悪心・吐き気・嘔吐(特に激しい)・腹痛・下痢
対 策	<ul style="list-style-type: none"> <li>・化膿性疾患、咽頭炎症状のある人は、食品の取扱いを行わないこと。</li> <li>・清潔な衣服・帽子・マスクなどを着用すること。</li> <li>・食品は低温で保存すること。</li> <li>・弁当やおにぎりは十分に放冷してから包装すること。</li> </ul>
☆令和6年7月に土用の丑の日のうなぎ弁当等を原因とする食中毒事件が発生。(患者 162 名)	

腸管出血性大腸菌(EHEC)	
特 徴	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ヒトや動物の腸管内に常在する大腸菌の中で、ヒトに病原性を有するものを下痢原性大腸菌といい、その中で出血性の大腸炎を起こす毒素(ベロ毒素)を産生するものを腸管出血性大腸菌という。</li> <li>・少量の菌量(50個程度)で発症すると考えられており、二次感染が起きやすい。また、強い酸抵抗性を示し、胃酸の中でも生存する。</li> <li>・O157をはじめ、O26、O111、O128などが知られている。</li> <li>・HUS*などの合併症を併発することがある。</li> </ul>
原因食品	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ウシ等の家畜が保菌しており、これらのふん便などにより汚染された食肉、及び二次汚染された食品、飲料水。</li> <li>・加熱不十分な食肉</li> </ul>
潜伏期間	3～8日
主な症状	<ul style="list-style-type: none"> <li>・激しい腹痛を伴う頻回の水様便の後に血便</li> <li>・発熱は軽度で多くは37℃台</li> <li>・基礎疾患のある患者、特に子供や高齢者ではまれに重症化する。</li> </ul>
対 策	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生肉を扱う場合は、調理器具を使い分け、使用後の洗浄消毒を十分に行うこと。</li> <li>・食品の加熱(75℃以上、1分間以上)を十分に行うこと。</li> <li>・食品は、低温で保存すること。</li> <li>・非加熱食品(生野菜など)は十分に洗浄してから喫食すること。 (なお、乳幼児や高齢者が喫食する場合は、洗浄・殺菌が重要)</li> <li>・井戸水など、水道水以外の水を使用する場合は、必要に応じ消毒すること。</li> <li>・手洗いを十分に行うこと。</li> <li>・牧場などで動物や土等に触った後は、必ず手を洗いましょう。</li> </ul>
<p>* HUS:溶血性尿毒症候群(Hemolytic Uremic Syndrome)は血栓性微血管炎(血栓性血小板減少性血管炎)による急性腎不全で、破碎状赤血球を伴う貧血、血小板減少、腎機能障害を特徴とし、意識障害や死に至ることもあります。乳幼児や高齢者は特に注意が必要です。</p>	
△ 過去の事件例	
事件の年	内容
平成23年	焼肉チェーン店で、ユッケを食べたことによる死者を伴う O111及び O157 食中毒事件が発生。
平成24年	白菜の浅漬を原因とする死者を伴う O157 食中毒事件が発生。
平成26年	花火大会で、冷やしキュウリを食べたことによる O157 食中毒事件が発生。
平成28年	老人ホームで、キュウリの和え物を原因とする死者10名を伴う O157 食中毒事件が発生。また、一般家庭で冷凍メンチカツ(加熱を要する「そうざい半製品」)を原因とする O157 食中毒事件も発生。
令和4年	レアステーキと称するユッケ様の食品などを原因とする死者を伴う O157 食中毒事件が発生。
令和5年 令和6年	飲食チェーン店において、ハンバーグによる O157 食中毒事件が発生。
令和7年	洋食店において、ハンバーグによる O157 食中毒事件が発生。患者 100 名。

🔍 詳細は HP からご確認ください。

厚生労働省 腸管出血性大腸菌 Q&A



サルモネラ属菌	
特 徴	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ヒト、動物、河川水など広く一般環境中に分布している。</li> <li>・熱に対して比較的弱く、乾燥に対して抵抗力が強い。</li> <li>・カメなどの爬虫類が保有している事例もある。</li> </ul>
原因食品	<ul style="list-style-type: none"> <li>・主に加熱不十分な食肉や鶏卵などの畜産食品(生の卵を使用した食品(自家製マヨネーズ、洋生菓子など)による食中毒に注意が必要)</li> <li>・ネズミ、昆虫、ペットなどにより二次汚染を受けた食品</li> </ul>
潜伏期間	6～72時間
主な症状	<ul style="list-style-type: none"> <li>・腹痛・下痢・発熱(38～40℃)・嘔吐</li> <li>・乳幼児や高齢者は、症状が重くなることがある。</li> <li>・長期にわたり保菌者となることもある。</li> </ul>
対 策	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食肉・鶏卵などを扱った器具、手指は、その都度洗浄消毒をすること。</li> <li>・肉・卵は十分に加熱(75℃以上、1分間以上)すること。</li> <li>・食品は低温で保存すること。</li> <li>・ネズミ・昆虫を駆除すること。</li> <li>・ペットを調理場内に入れないこと。</li> </ul>
☆ 令和5年に、飲食店において調理提供された弁当を原因とする死者を伴うサルモネラ属菌食中毒事件が発生	


腸炎ビブリオ	
特 徴	<ul style="list-style-type: none"> <li>・海水由来の細菌であることから、特に夏季の沿岸海水や海泥中に広く分布。</li> <li>・他の細菌に比べ、増殖速度が極めて速い。</li> <li>・塩分濃度が3%前後で増殖が盛んになるが、真水や加熱に対する抵抗力が弱い。</li> </ul>
原因食品	生鮮魚介類及びその加工品、二次汚染を受けた食品(主に漬物など塩分のあるもの)
潜伏期間	8～24時間
主な症状	激しい腹痛(特に上腹部痛)・下痢・発熱・嘔吐
対 策	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食品は低温で保存すること。(4℃以下)</li> <li>・魚介類は、調理前に流水(真水)でよく洗うこと。</li> <li>・魚介類の調理器具は専用のものとする。</li> <li>・冷凍食品を解凍する際は常温に放置せず、専用の解凍庫や冷蔵庫内で行うこと。</li> </ul>
☆令和7年に、飲食店において調理提供された弁当を原因とする、比較的規模の大きい食中毒事件が発生	

## 2) ウイルス性食中毒

ノロウイルス	
特 徴	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食品中では増殖せず、ヒトの体内でのみ増殖する。</li> <li>・ヒトの糞便とともに排出されたウイルスの一部は、下水を通過して海に流れ込み、海に生息する二枚貝の中腸腺に蓄積される。そして、汚染された貝をヒトが摂取し、発症する感染サイクルがある。</li> <li>・100個程度のウイルスで発症するため、感染力が非常に高い。</li> <li>・感染者の嘔吐物や排泄物などを原因とする二次感染に注意が必要。</li> </ul>
原因食品	生や加熱が不十分な二枚貝、二次汚染を受けた食品・飲料水
潜伏期間	24～48時間
主な症状	吐き気・嘔吐・下痢・腹痛・軽度の発熱 (健康な方は軽症で回復するが、子供や高齢者では重症化したり、吐物を誤って気道に詰まらせたりして死亡することがある。)
対 策	17ページ参照

## 3) 寄生虫性食中毒

サルコシスティス・フェアリー	<ul style="list-style-type: none"> <li>・サルコシスティスが多く含まれる馬肉の生食</li> <li>・食後数時間程度で一過性の嘔吐や下痢</li> </ul>
クドア・セプテンpunkタータ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・クドアが寄生した魚(ヒラメなど)の生食</li> <li>・食後数時間程度で一過性の嘔吐や下痢</li> </ul>
アニサキス	<ul style="list-style-type: none"> <li>・アニサキスの幼虫が寄生している魚介類の、生又は加熱不十分な状態での喫食</li> <li>・食後数時間での胃腸炎</li> </ul>

 詳細はHP からご確認ください。

千葉県 アニサキス(食中毒予防啓発動画アニサキス編)



## 4) 化学性食中毒

ヒスタミン	
特 徴	魚肉タンパク質中のアミノ酸の一種が、腐敗の過程で多量のヒスタミンに変性し、食品中に蓄積することによって食中毒を起こす。
潜伏期間	数十分から数時間
主な症状	顔面の紅潮、じん麻疹などのアレルギー様症状
対 策	魚を購入した際は、ヒスタミン産生菌の増殖を抑えるため常温に放置せず、速やかに冷蔵庫で保管すること。

## 5) 植物性自然毒食中毒

毒キノコ	ツキヨタケ、クサウラボニタケ、スギヒラタケなど
グロリオサ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ヤマノイモとの誤食</li> <li>・口腔・咽頭灼熱感、発熱、嘔吐、下痢、背部疼痛などを発症し、臓器の機能不全などにより死に至ることもある。</li> </ul>
クワズイモ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・サトイモとの誤食</li> <li>・悪心、嘔吐、下痢、麻痺、皮膚炎などの中毒症状</li> </ul>
スイセン	<ul style="list-style-type: none"> <li>・過去10年間(平成27年～令和6年)の食中毒事件数は73件となっており、有毒植物による食中毒事件としては最大の件数。</li> <li>・葉はニラやノビル、鱗茎はタマネギと間違いやすく、注意が必要。</li> <li>・ニラの葉を揉むと(又は切ると)強い刺激臭があるが、スイセンの臭いは弱く青臭いことから区別することができる。</li> </ul>
チョウセンアサガオ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自然食ブームの中で、山菜の人気が高い反面、注意不足から有毒な植物を食べて食中毒になる例がある。</li> <li>・種子はゴマ、根はゴボウと間違いやすいので注意が必要。</li> </ul>

🔍 詳細は HP からご確認ください。

千葉県立中央博物館 千葉の毒きのこ



厚生労働省 有毒植物による食中毒に注意しましょう



農林水産省 野菜・山菜とそれに似た有毒植物



まちがいに食すと判断できないキノコや植物は  
**採らない！ 食べない！ 売らない！ 人にあげない！**

## 6) 動物性自然毒食中毒




フグ毒(テトロドトキシン)	
特 徴	<ul style="list-style-type: none"> <li>・主としてフグ科魚類がフグ毒をもち、フグ毒による中毒症状の原因食品となる。</li> <li>・毒力の強さはフグの種類と部位によって大きく異なるので、食用可能なフグの種類と部位が定められている。</li> </ul>
原因食品	フグ科魚類
潜伏期間	20分から3時間程度
主な症状	<ul style="list-style-type: none"> <li>・しびれや麻痺症状が現れる。</li> <li>・麻痺症状は口唇から四肢、全身に広がり、重症の場合には呼吸困難で死に至ることがある。</li> </ul>
対 策	<ul style="list-style-type: none"> <li>・素人調理は絶対に行わない。</li> <li>・フグの取扱いについては33ページ「第8 フグの取扱い」を参照してください。</li> </ul>


## 1 細菌性食中毒の予防

## (1) 細菌性食中毒の特徴

- ・食品の中で増えた食中毒菌や食中毒菌が産生した毒素を食べることなどで起きます。
- ・食中毒菌が増えていても、食品の外見や臭いに変化がない場合があります。
- ・主な症状は、胃腸炎症状(腹痛、下痢、嘔吐など)や発熱、頭痛などです。
- ・一般的にヒトからヒトへ直接うつることはありません。(腸管出血性大腸菌など一部の細菌は、ヒトからヒトへ感染することがあります。)

## (2) 細菌性食中毒予防の3原則

細菌をつけない(清潔、洗浄)	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食中毒を起こす細菌は、魚や肉、野菜などの食材についていることがあり、この菌が手指や調理器具などを介して他の食品を汚染し、食中毒が発生します。</li> <li>・予防のためには、手指や調理器具を洗浄・消毒する、食品を区分け保管する、調理器具を用途別に使い分けることなどが重要です。</li> <li>・焼肉などの場合には、生の肉をつかむ箸と焼けた肉をつかむ箸は別のものにしましょう。</li> </ul>
細菌を増やさない(迅速、冷却)	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食品についた菌が、時間の経過とともに食品中で増えることで起こる食中毒があります。調理は迅速に行い、調理後は早く食べることが大切です。</li> <li>・細菌は通常、10℃以下では増殖が遅くなるので、調理加工中の食品は室温に長時間放置せず、冷蔵庫に保管しましょう。</li> </ul>
細菌をやっつける(加熱、殺菌)	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・一般的に、食中毒を起こす細菌は熱に弱く、食品に細菌がついていても加熱すれば死んでしまいます。加熱は最も効果的な殺菌方法ですが、加熱が不十分で食中毒菌が生き残り、食中毒が発生することがあるので、中心部までしっかり加熱(75℃で1分間以上)することが大切です。</li> <li>・また、調理器具は洗浄した後、熱湯や塩素剤などで消毒することが大切です。</li> </ul>

 詳細はHPからご確認ください。

厚生労働省 家庭での食中毒予防



## 2 ウイルス性食中毒の予防(ノロウイルス)

### (1) ウイルス性食中毒の特徴

一般的に経口感染ですが、主に以下の3つの感染様式があると考えられています。

#### ア 食品を介して感染するもの(食中毒)

- ・ 感染している食品取扱者の手指などを介して汚染された食品を食べた場合
- ・ 汚染されたカキなどの二枚貝を、生あるいは十分に加熱調理しないで食べた場合
- ・ 汚染された井戸や簡易水道の水を摂取した場合



#### イ 接触感染

- ・ ウイルスが大量に含まれる患者のふん便や吐物に触れて感染した場合
- ・ 患者が触れたドアノブなどを介して二次感染した場合

#### ウ 飛沫・塵埃感染

- ・ 患者のふん便や吐物が飛び散り、飛沫から感染した場合
- ・ 処理が不十分な吐物等が、乾燥してチリやほこり(塵埃)となって空気中に漂い、鼻や口に入ることにより感染した場合

### (2) ウイルス性食中毒の予防の4原則

持ち込まない(健康管理)	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 下痢や嘔吐などの症状のある方は、食品を直接取り扱う作業をしないようにしましょう。</li> </ul>
拡げない(消毒と対策)	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 嘔吐物などの汚物は適切に処理しましょう。</li> <li>・ 調理場所、トイレ等は定期的に清掃、消毒をしましょう。</li> </ul>
つけない(交差汚染防止)	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ トイレの後、調理を行う前、食事の前、患者の汚物処理などを行った後には、よく手を洗いましょう。</li> <li>※無症状でもウイルスを排出していることがあります。</li> <li>・ 調理器具などは使用後に、十分に洗浄、殺菌を行いましょう。</li> </ul>
やっつける(加熱)	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ウイルス汚染の恐れのある二枚貝などの食品は、中心部が85℃～90℃で90秒以上の加熱をしましょう。</li> </ul>

### (3) 二次感染予防方法

二次感染を予防するために、患者のふん便や吐物を処理するときは、

- ① 使い捨てのガウン(エプロン)、マスク、手袋を着用します。
- ② 汚物中のウイルスが飛び散らないように、ふん便、吐物をペーパータオルなどで静かに拭き取ります。
- ③ 拭き取った後は、次亜塩素酸ナトリウム溶液(一般的には塩素濃度約200ppm(0.02%))で浸すように床を拭き取り、その後水拭きします。
- ④ おむつや拭き取りに使用したペーパータオルなどは、ビニール袋に密閉して廃棄します。

🔍 詳細はHPからご確認ください。

厚生労働省 ノロウイルスに関する Q&A



### 3 食中毒注意報・警報

千葉県では、食中毒が発生しやすくなる夏期に食中毒注意報・警報を発令することにより、県民及び食品等事業者へ食品の取扱い及びその他食品衛生に関する注意を喚起し、危害発生未然防止を図っています。

#### (1) 実施期間

6月1日から9月30日まで

#### (2) 発令条件

##### ア 注意報

6月1日に発令

##### イ 警報

以下のいずれかの項目を満たす場合に発令する。

- ・ 真夏日(最高気温が30℃以上)が3日以上継続した場合
- ・ 千葉県健康福祉部長が必要と認めた場合

#### (3) 発令期間

区分 \ 年	令和7年	令和6年	令和5年
注意報	6月1日～7月6日 (36日間)	6月1日～7月8日 (38日間)	6月1日～7月12日 (42日間)
警報	7月7日～9月30日 (86日間)	7月9日～9月30日 (84日間)	7月13日～9月30日 (80日間)

食中毒予防のためには、自主衛生管理の徹底が大変重要です。HACCP に沿った衛生管理体制を整え、食品衛生責任者だけでなく、従事者全員が理解し、実行する必要があります。

## 1 HACCP(Hazard Analysis and Critical Control Point)による衛生管理

### (1) HACCP

HACCP(Hazard Analysis and Critical Control Point)とは危害分析(HA)・重要管理点(CCP)と呼ばれる衛生管理の手法で、原材料の受入れから製造、最終製品の出荷までの一連の工程において、科学的根拠に基づき、微生物、化学物質、金属の混入などの潜在的な危害要因を分析・予測し、危害の発生防止につながる特に重要な管理点を継続的に監視・記録します。

これまでの最終製品の抜き取り検査に比べ、より効果的に問題のある製品の出荷を未然に防ぐことが可能となるとともに、原因の追及を容易にすることができます。

### (2) 「HACCP に沿った衛生管理」の制度化


原則として、全ての食品等事業者は、HACCP に沿った衛生管理が必要です。事業者は自ら衛生管理計画を作成し、計画に沿って実施し、記録することが求められます。

なお、事業者の規模や業種などによって、「HACCP に基づく衛生管理」と「HACCP の考え方を取り入れた衛生管理」のどちらかを実施しなければなりません。

#### ア HACCP に基づく衛生管理

国際的な政府間機関であるコーデックス委員会が定めた7原則12手順(下記参照)に基づき衛生管理を行います。


手順1	HACCP チームの編成	手順6(原則1)	危害要因の分析
手順2	製品説明書の作成	手順7(原則2)	重要管理点の決定
手順3	用途・対象者の確認	手順8(原則3)	管理基準の設定
手順4	製造工程図の作成	手順9(原則4)	モニタリング方法の設定
手順5	製造工程図の現場での確認	手順10(原則5)	改善措置の設定
		手順11(原則6)	検証方法の設定
		手順12(原則7)	記録と保存方法の設定

 厚生労働省 HACCP に基づく衛生管理のための手引書



#### イ HACCP の考え方を取り入れた衛生管理

各業界団体が作成した「手引書」を参考に、簡略化されたアプローチによる衛生管理を行います。

 厚生労働省 HACCP の考え方を取り入れた衛生管理のための手引書



## 2 食品衛生責任者

営業者の指示に従い、衛生管理を行う者です。営業者は、食品衛生責任者を定めることとされています。

### ● 食品衛生責任者の責務

- ・ 都道府県知事等が行う講習会又は都道府県知事等が認める講習会を受講し、食品衛生に関する新たな知見の習得に努めること(法第54条の営業(法第68条第3項において準用する場合を含む。)に限る。)
- ・ 営業者の指示に従い、衛生管理に当たること。
- ・ 公衆衛生上必要な措置の遵守のために、必要な注意を行うとともに、営業者に対し必要な意見を述べるよう努めること。