



「食中毒」には、通年気をつけましょう

農林水産省ホームページより

<https://www.maff.go.jp/j/syouan/seisaku/foodpoisoning/statistics.html>

食中毒とは、有毒・有害な微生物および化学物質等を含む食品を摂取した場合におこる疾病です。梅雨時期(5～6月)と夏(7～9月)は気温や湿度が高く、細菌が増殖しやすいので細菌性食中毒が増加する傾向にあります。冬場はノロウイルスなどウイルス性の食中毒が増加傾向にあります。令和5年の食中毒の病因物質別発生件数を図1に示します。食中毒は、近年細菌やウイルス性食中毒以外にもアニサキスなどの寄生虫、またキノコや有毒植物（自然毒）による食中毒も発生しています。

厚生労働省の統計によると、直近5年間の食中毒発生件数は変動があるものの、700-1200件程度で推移しています。令和5年の食中毒は1,021件（患者数11,803人）と報告されています。食中毒の原因は様々であり、病因物質に応じた食中毒予防が重要です。

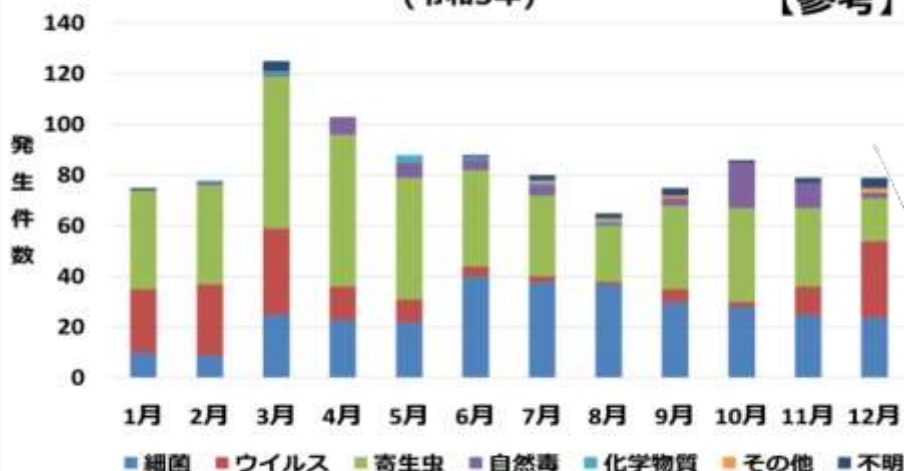
- ・細菌：カンピロバクターやウェルシュ菌など
- ・ウイルス：ノロウイルスなど
- ・寄生虫：魚介類に寄生するアニサキスなど
- ・自然毒：キノコ、野草、フグなどに含まれる天然の毒
- ・化学物質：ヒスタミン、薬品（漂白剤）など



図1. 病因物質別月別食中毒発生件数

(令和5年)

【参考】



出典：厚生労働省「食中毒統計資料」を基に作成



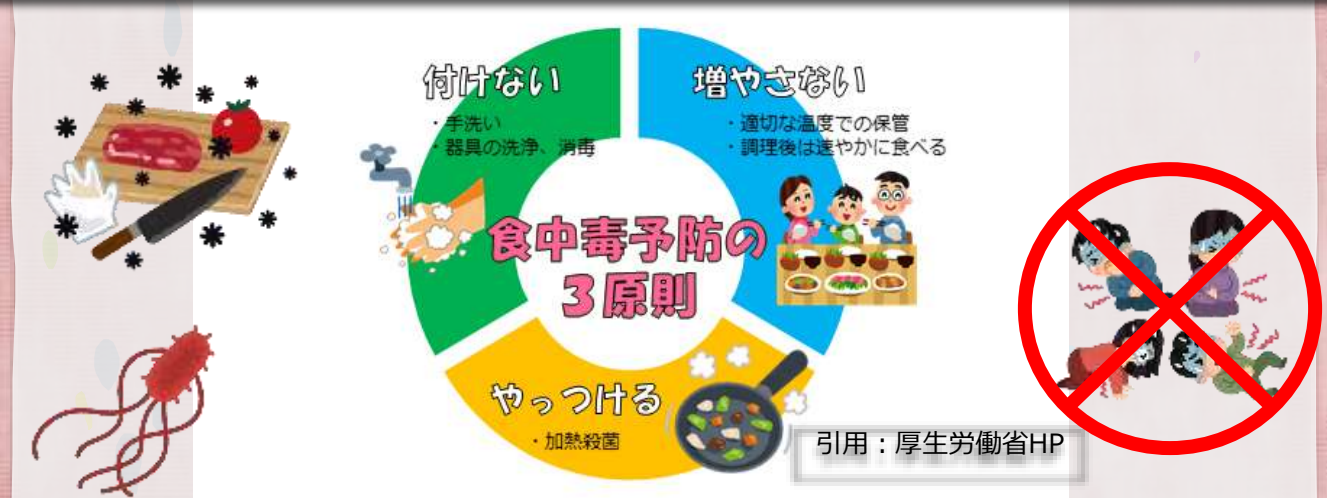
家庭での食中毒予防 食中毒予防の3原則

〈食中毒菌などを「付けない、増やさない、やっつける」〉

食中毒は、その原因となる細菌やウイルスが食べ物に付着し、体内へ侵入することによって発生します。

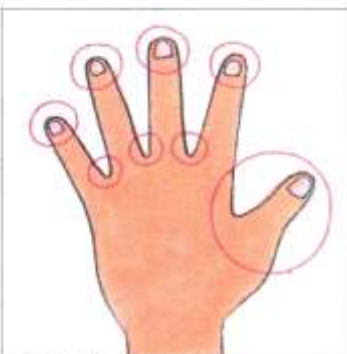
食中毒を防ぐために、細菌の場合は以下の3つのことが原則です

- 細菌を食べ物に「付けない」
- 食べ物に付着した細菌を「増やさない」
- 食べ物や調理器具に付着した細菌を「やっつける」



手洗い手順

食べ物に「付けない」ため手洗いは大切です



▶洗い残しやすい部分
爪の周りや指の間などは、洗い残しが発生しやすいところです。



手のひらを合わせて、よく洗います



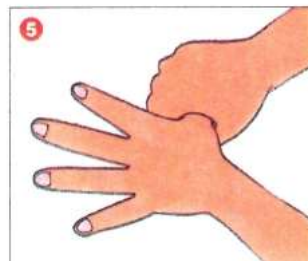
手の甲は、しわを延ばすようにしっかりと



指先（第1関節のしわ）や爪の間もゴシゴシ



指をクロスさせて、指と指の間の汚れも取ります



親指は、手のひらで握ってねじり洗い



最後に、手首もきちんと洗いましょう

ご不明な点がございましたら、各店舗薬剤師にお尋ね下さい

西長岡センター薬局

☎0258-89-5111

長岡市千秋2-2746-5

西長岡調剤薬局

☎0258-25-8680

長岡市千秋2-297-12

古正寺薬局

☎0258-22-4976

長岡市古正寺3-2

西長岡調剤薬局千秋店

☎0258-29-4976

長岡市千秋2-278