

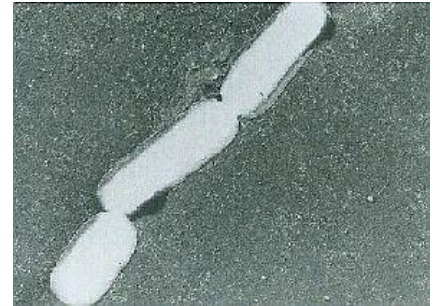
食べもの ミミより情報2024
秋号
Vol. 53 

2日目のカレーが危ない!?

ウエルシュ菌食中毒に注意!

大きなお鍋でたくさん作ったカレー。一晩寝かせることでより美味しくなるからと、翌日以降に食べることはありませんか？しかし、一晩何気なくキッチンに出っぱなしにしていると、ウエルシュ菌による食中毒につながる恐れがあります。

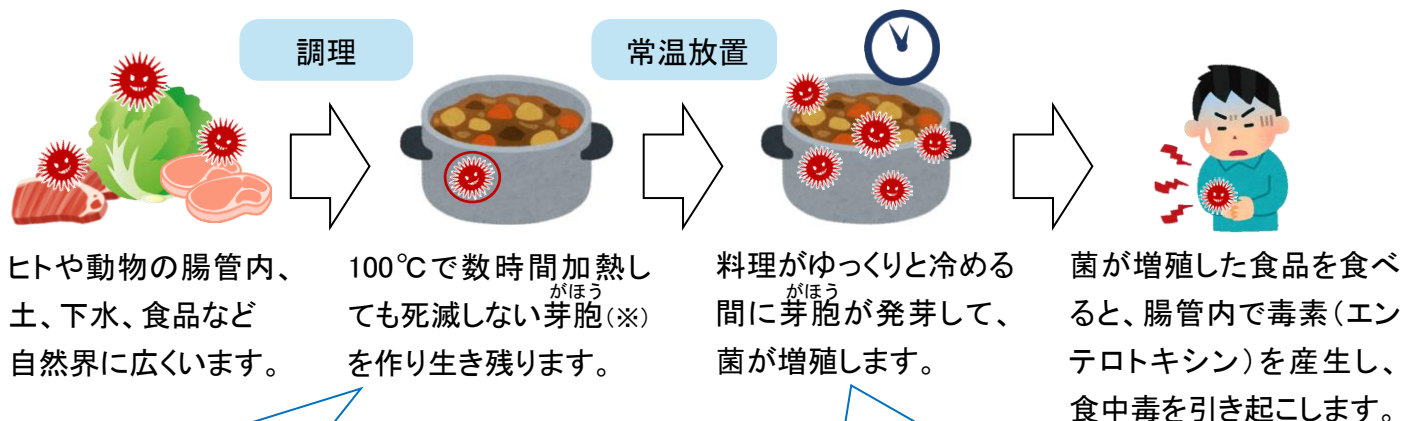
今回はウエルシュ菌による食中毒について紹介します。



ウエルシュ菌

東京都保健医療局「食品衛生の窓」
ホームページから引用

ウエルシュ菌の食中毒の仕組みと特徴



(※)芽胞^{がほう}というのは、熱に強い殻のようなもので、100℃で加熱しても生き残ることができます。

ウエルシュ菌は、酸素が少ないところを好み、12～50℃という幅広い温度域(最適な温度は43～45℃)で、増殖します。

ウエルシュ菌食中毒の原因は？

ウエルシュ菌食中毒は、カレー、シチューなど、食肉、魚介類及び野菜類を使った煮込み料理や煮物で多くみられます。

ウエルシュ菌は、大量に調理した大きな鍋の底のような、酸素が行き届かないところで増える性質があるため、これらの食品をたくさん作ったあと室温に放置したことによる食中毒事例が多く報告されています。

ウエルシュ菌食中毒の症状

潜伏期間

食べてから 6～18 時間(平均 10 時間)で、24 時間以降に発症することはほとんどありません。

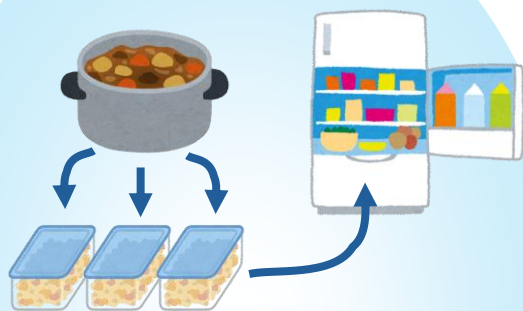
症状

主に腹痛と下痢などの症状を起こします。発熱やおう吐はほとんどみられません。

発症後 1～2 日で回復しますが、基礎疾患がある人や、免疫力の弱い子どもや高齢者ではまれに重症化することもあります。

ウエルシュ菌食中毒予防のポイント

食中毒細菌を **ふやさない!**



- 調理後は早めに食べきる
菌が増える時間を減らす
- 常温放置しない
菌が増えやすい温度帯におかない
- 小分けする
できるだけ早く冷ます工夫を

大鍋で作った料理は、底の浅い容器に小分けして速やかに冷まし、冷蔵庫で保管しましょう。

食中毒細菌を **やっつける!**



- 加熱する際はよくかき混ぜる
酸素に触れる機会を増やす
加熱ムラをなくす
- 十分な再加熱
増えた菌をやっつける!

【重要!!】

ウエルシュ菌は酸素が嫌いなため、よくかき混ぜて中まで酸素がいきわたるように意識しましょう。特にカレーやシチューのようなとろみのある料理は、均一に加熱できていないことがあるため、よくかき混ぜながら十分に加熱しましょう。



食中毒予防3原則



食中毒
原因菌等を

「つけない!」



手洗い
二次汚染防止

「ふやさない!」



早めに冷蔵
早めに調理
早めに食べる

「やっつける!」

十分な加熱
洗浄・消毒



■発行:町田市 ■編集:町田市保健所 生活衛生課 食品衛生係

東京都町田市中町2-13-3 保健所中町庁舎 電話:042-722-7254(直通) FAX:042-722-3249