

食中毒 について



安全衛生委員会資料
2021年7月度
産業医 西川菜摘

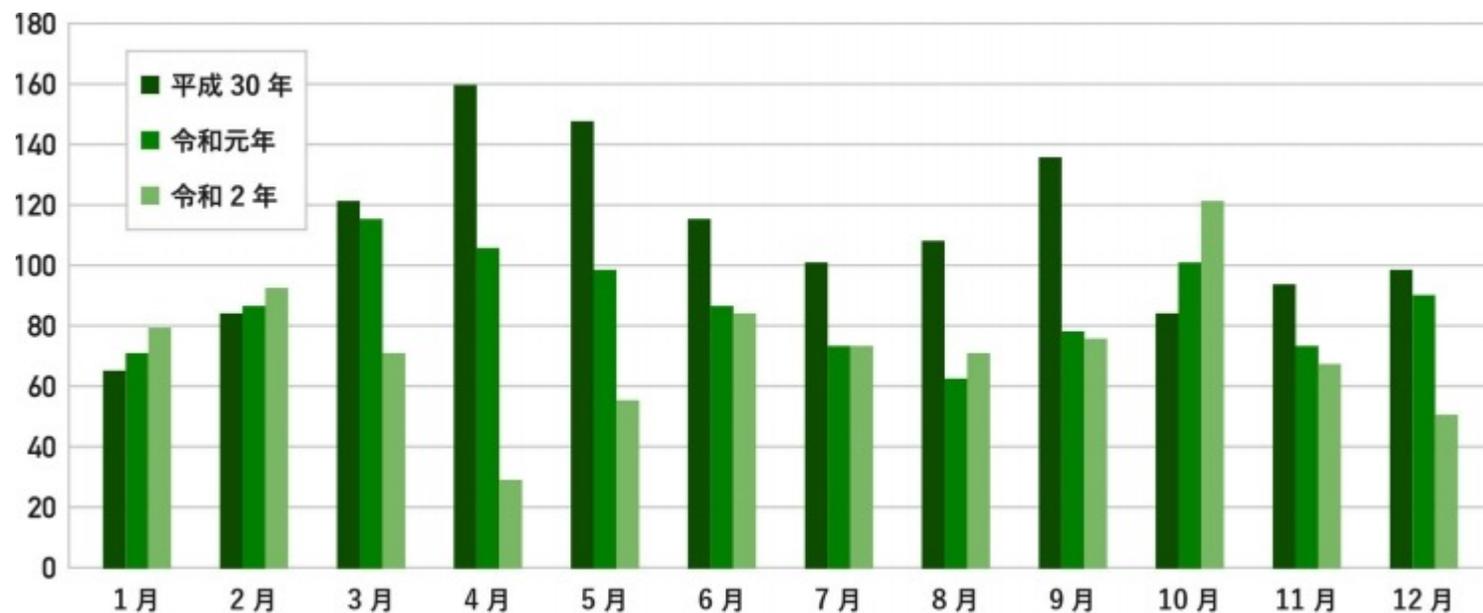
近年の食中毒の発生状況

食中毒の月別患者数

食中毒患者数

(令和2年 死者数3名)

月別発生状況(事件数:全体の事例 平成30年~令和2年)



令和2年

事件数 887件

患者数 14,613人

事業場における食中毒

職場の食中毒

厚生労働省の統計によると、職場での食中毒は全体の2.3%

(平成29年度原因施設別食中毒発生状況より)

では職場での食中毒はどんな状況で起こりやすいと考えられるか？

例えば…



社員食堂で



仕出し弁当や
手作りの弁当で



社外で購入した
食品で

テイクアウト等による食中毒を防ぐために

ポイント

食中毒の予防には時間と温度の管理が重要！

テイクアウト等は、店内で食べるときと比べて、調理してから食べるまでの時間が長いいため以下のポイントに注意しましょう。

- ✓ 食品を購入したらすぐに帰宅し、長時間持ち歩かないようにしましょう。
- ✓ 持ち帰ったら、すぐに食べましょう。すぐに食べない場合は、冷蔵庫で保存する等、長時間常温で放置しないようにしましょう。
- ✓ 再加熱するときは中心までしっかり加熱しましょう。
- ✓ 食べる前にはしっかり手洗いをしましょう。

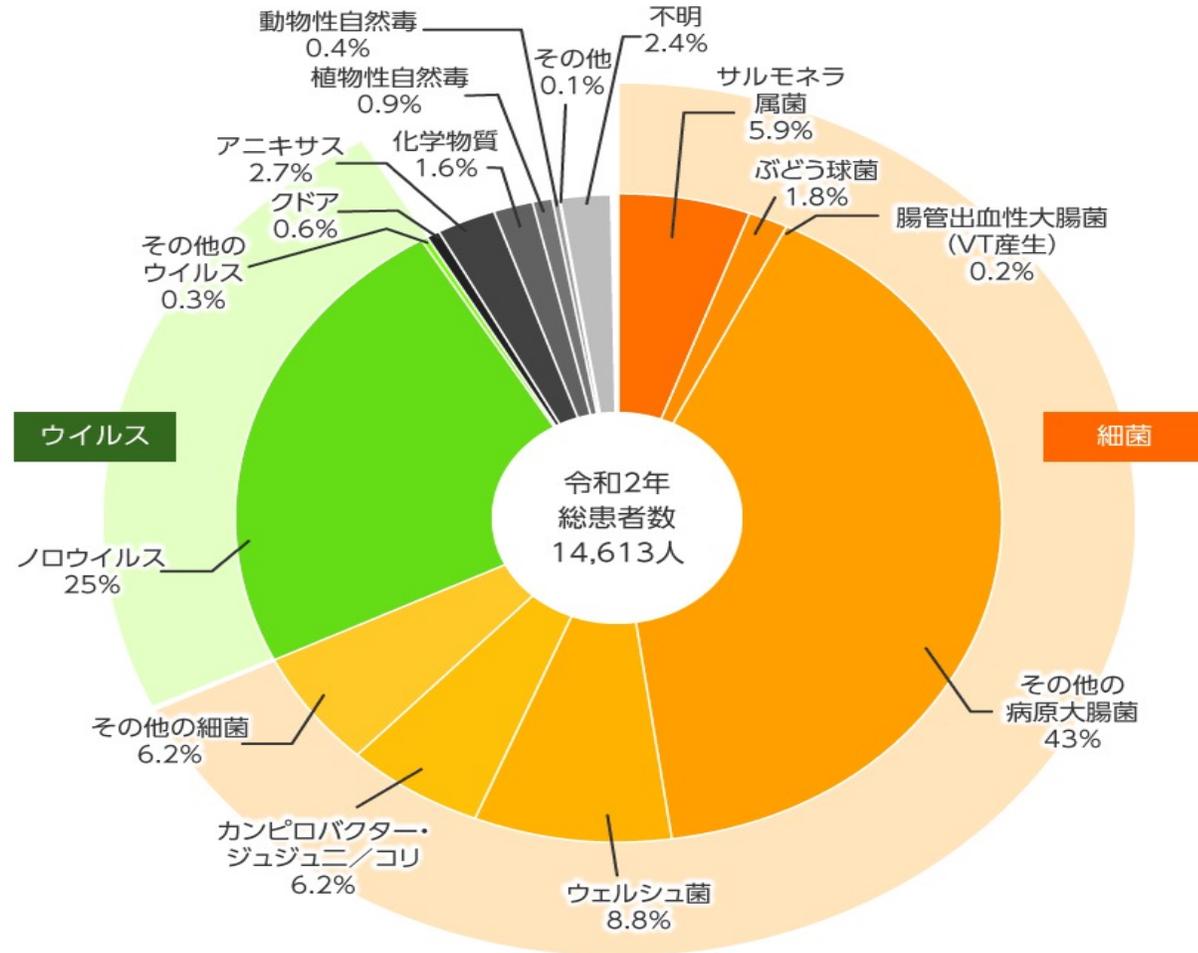


食中毒の原因



病因物質別

患者数発生状況（令和2年）



厚生労働省資料より

季節で分けた食中毒の種類

夏場(6月~8月)に多く発生する食中毒

➤ 主な原因細菌：

腸管出血性大腸菌（O157など）、カンピロバクター、サルモネラ菌など。

➤ 増殖しやすい温度：

室温（約20℃）で活発に増殖し始める。

人間や動物の体温ぐらいの温度が最も増殖しやすい。

➤ 細菌が好む環境：

細菌の多くは湿気を好む。

⇒よって、気温が高く、湿度も高い梅雨時から夏にかけては、
細菌による食中毒が多い。

季節で分けた食中毒の種類

冬場（11月～3月）に多く発生する食中毒

- 低温や乾燥した環境中で長く生存するウイルスが原因となる食中毒は冬場（11月～3月）に多い。
- 食中毒の原因となる代表的なウイルスであるノロウイルスは、調理者から食品を介して感染するケースが多い。
- 牡蠣などの二枚貝に潜んでいることもある。
- ノロウイルスによる食中毒は、年間の食中毒患者数の5割以上を占める。

このほか、毒キノコやフグなどの「自然毒」

アニサキスなどの「寄生虫」なども、食中毒の原因となる。

このように、様々な原因によって食中毒は1年中発生している。

知っておきたい食中毒の主な原因

カンピロバクター

感染源

家畜、ペット、野生動物
野鳥の腸管内に分布
鶏の保菌率は50～80%。

潜伏期間

2～7日と長いのが特徴

症状

吐き気、腹痛、水様性下痢、
発熱、頭痛、倦怠感

原因食品

加熱不十分な食肉（特に鶏肉）
未殺菌飲用水など

知っておきたい食中毒の主な原因

サルモネラ属菌

感染・汚染源

食肉
特に鶏肉・卵・
ペット(ミドリガメ)

潜伏期間

半日～2日

症状

激しい胃腸炎、吐き気、嘔吐
腹痛、下痢

原因食品

牛・豚・鶏などの食肉や卵が主な原因食品の他にも、ペットやネズミなどによって食べ物に菌が付着する場合もあり

知っておきたい食中毒の主な原因

黄色ブドウ球菌

感染源

人の皮膚や腸管の常在菌
家畜、ペットにも存在

潜伏期間

食後30分～6時間と
短いのが特徴

症状

吐き気、嘔吐、腹痛、下痢

原因食品

自家製のおにぎりや漬物など
塩分濃度が高くても増殖する
産生された毒素が中毒の原因
毒素は加熱に強い

知っておきたい食中毒の主な原因

ウエルシュ菌

感染・汚染源

人や動物の腸管や土壌などに広く生息する細菌。
酸素のないところで増殖し、芽胞を作るのが特徴。

症状

下痢と腹痛

潜伏期間

食後6～18時間

原因食品

カレー、煮魚、麺のつけ汁、
野菜煮付けなど煮込み料理

知っておきたい食中毒の主な原因

セレウス菌

感染源

土がつきやすい穀類や豆類、
香辛料など

潜伏期間

なし

症状

おう吐型 : 食後30分～5時間後

下痢型 : 食後6～15時間後

原因食品

チャーハン、スパゲティ、
スープなど（熱に強い）

知っておきたい食中毒の主な原因

ノロウイルス

感染・汚染源

手指や食品などを介して、口から体内に入ることによって感染

潜伏期間

1~2日

症状

下痢、嘔気、腹痛、発熱

原因食品

生カキなど二枚貝

食中毒予防の原則

原因菌を

「つけない」

「増やさない」

「やっつける」



原因ウイルスを

「持ち込まない」

「ひろげない」

「つけない」

「やっつける」

最後に

受診の目安

次のような症状があれば、早めに受診をしましょう！

- ✓ 一日10回以上、下痢が続く
- ✓ 体がふらふらする
- ✓ 意識が遠のく
- ✓ 便に血が混じる
- ✓ 嘔吐が止まらない
- ✓ 尿の量が減る、尿が12時間以上出ない