

大阪市保健所からの注意・お願い

各種注意事項・禁止事項などは出展社マニュアルでもご案内しておりますが、
大阪市保健所（南西部生活衛生監視事務所）からの注意・お願いをご案内いたします。

食中毒予防を徹底してください ※別紙の注意喚起チラシもご参照ください

- 石鹼や使い捨てペーパーを使用し、手洗いを徹底してください。また、手洗い後のアルコールスプレー消毒を徹底してください。
- 食品や調理器具に触れる前に手指の洗浄・消毒を十分に行ってください。
- 食品を扱う方や配膳する方と、金銭を扱う担当者を分けてください。同じ担当者が兼務される場合は、金銭に触れた後はアルコールスプレー消毒を行ってください。
- 使い捨て手袋を利用し、こまめに取り換えてください。
- 調理器具の洗浄・消毒を十分に行ってください。
- 会場では包丁、まな板をできるだけ使用しないでください。会場では簡単な加熱行為にとどめるよう心掛けてください。
- 食材保管は温度管理に十分注意してください。保冷は10℃以下、定期的に温度をチェックを行ってください。
- 加熱調理は中心部まで十分に加熱してください。
- 会場での米とぎ・炊飯は避けてください。
- カレー・シチュー類は出来るだけ当日の朝に調理してものをご利用ください。
- 玉子は調理の直前に割りほぐしてください。
- 異物混入に注意し、提供前には目視確認を行ってください。

ノロウイルスが発症する季節です ※別紙の注意喚起チラシもご参照ください

- ノロウイルスに効果のある消毒は『塩素系消毒薬（次亜塩素酸ナトリウム）』や加熱（85℃で1分以上）です。
- ノロウイルスは通常の消毒用アルコールや逆性石鹼では効果がありません。ノロウイルスに効果のある消毒液をご用意ください。
- 毎日、作業前・片づけ終了後にはノロウイルスに効果のある消毒液でしっかりと消毒し、二次感染を予防してください。

スタッフの体調管理をしっかり確認

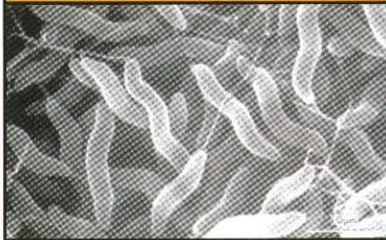
- 毎日、作業開始前には、ブースのリーダーがスタッフの体調や怪我、身だしなみ確認を実施し、記録してください。また、手洗いの徹底も指導してください。
 - ※ 前日夜や当日朝に「おう吐、下痢、風邪の症状」などがあれば、当日のすべての作業を控えていただくなど、ご配慮ください。
 - ※ 手の傷や手荒れなどに注意して、使い捨て手袋をご使用ください。
 - ※ 衣類は清潔なものを着用しているか、髪の毛は束ねられているか、爪は伸びすぎているかなど、身だしなみチェックを行ってください。
- 積極的に検便実施をお願いします。可能な限りノロウイルスの検査も実施してください。

万一、食中毒などの食品事故やアレルギー事故が発生した場合は、他の出展社や来場者にご迷惑がかかると共に、『第5回大阪マラソン』大会及び関連イベントの開催についても支障をきたすこととなります。また、うまいもん市場開催中止の危機にも直面する事態となりかねません。何卒ご協力をお願いいたします。

食中毒の主な原因

食中毒とは、食中毒菌や食中毒菌がつくった毒素、ウイルスなどに汚染された食品を食べることにより起こる健康被害で、主に急性の胃腸炎(下痢、腹痛、嘔吐など)を起こしますが、発熱や倦怠感など風邪のような症状を起こすこともあります。原因となる食品は、腐敗と違い、味や色、臭いにも変化がなく、食べても異常に気づかないのが特徴です。

カンピロバクター

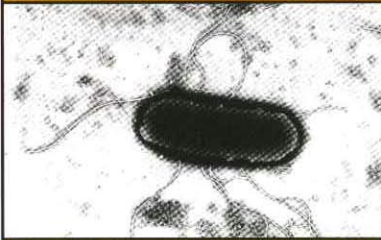


鶏、豚、牛等の動物の腸管やペット、野生動物、野鳥などに広く分布しています。
この菌に汚染された食品(とり刺し、鶏肉、食肉等)や水が原因となります。
少ない菌量でも発症します。

潜伏期間：2～7日

症状：まず頭痛・発熱などのかぜ様症状、次に下痢・腹痛

サルモネラ属菌

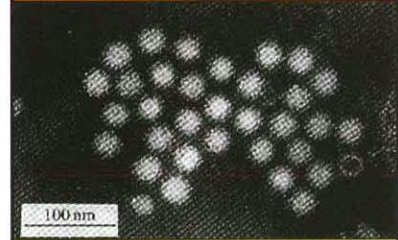


鶏、豚、牛等の動物の腸管や河川、下水等自然界に広く分布しています。
この菌に汚染された卵、食肉(生レバー、ユッケ等)やこれらの加工品、また、保菌者による二次汚染が原因となります。

潜伏期間：5～72時間

症状：下痢・腹痛・高熱

ノロウイルス



冬季を中心にカキ、ハマグリ等の二枚貝が原因食品として疑われる事例が報告されています。

また、ノロウイルスに感染している調理従事者の手指を介して、食品を汚染したと疑われる事例も増加しています。

潜伏期間：1～2日

症状：嘔吐・下痢・発熱

(写真提供：大阪市立環境科学研究所)

その他の主な食中毒菌

腸炎ピブリオ：海水中に生息していて魚介類に付いて来ます。塩分を好み、真水に弱い。

腸管出血性大腸菌O157：動物の腸管にいる菌で、少ない菌量でも発症します。

黄色ブドウ球菌：化膿した傷や荒れた手には特に多い。

食中毒予防のために

※ 手洗いを徹底しましょう。

※ 調理器具の洗浄・消毒を十分に行いましょう。

※ 食品は、中心部まで十分に加熱しましょう。

※ すみやかに調理し、提供しましょう。

※ 生食用以外の食肉等を生食用として提供しないでください。

「生レバー」は、「生食用レバー」ではありません！

「新鮮な肉」であれば「生食用」として提供できるというものではありません！

生で食べることのできる食肉は、厚生労働省が定めた基準を満たしている食肉だけです。

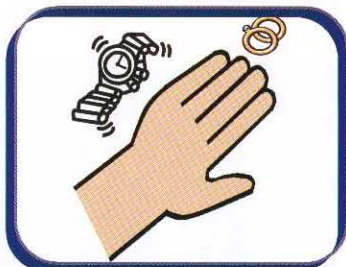
生食用の食肉には「生食用」である旨、と畜場・処理場の名称・県名等が表示されています。



正しい手の洗い方

手洗いは食中毒予防の基本です。

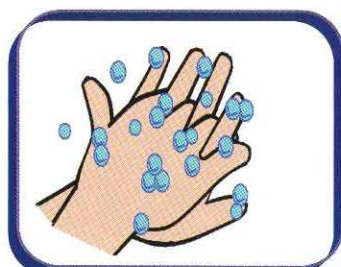
- ・ 手洗い設備には、石けん、消毒液（逆性石けん、消毒用アルコール等）、爪ブラシ、ペーパータオルを備えておきましょう。
- ・ 手洗い設備はひじまで十分洗える大きさと、水以外に湯が出るとより洗いやすくなります。
- ・ 爪は短く切り、指輪、時計などは着けないようにしましょう。



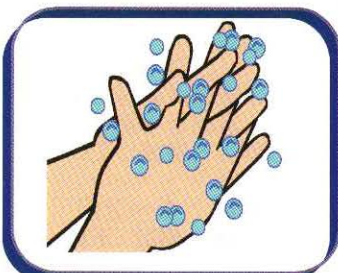
1 指輪や腕時計をはずす。



2 流水で手をぬらし、石けんをよく泡立てる。



3 手のひらと甲を洗う。



4 指の間を洗う。



5 親指も洗う。



6 指先と爪の間も洗う。



7 手首も洗う。



8 流水でよく洗い流し、ペーパータオルを用いて手を拭く。

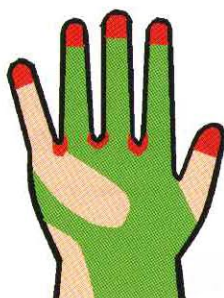


9 消毒液を用いて消毒する。

手洗いミスの発生部位

指先、指の間、親指の周り、手首、手のしわ等は汚れが残りやすい部分です。

手の甲



手のひら



■ 頻度が高い

■ 頻度がやや高い

お肉は十分に加熱して食べてください！

お肉を生や加熱不十分で食べると食中毒になることがあります！

- ✓ 生やタタキなどの加熱不十分の肉やレバーを食べると、カンピロバクター食中毒や、腸管出血性大腸菌食中毒、サルモネラ食中毒等にかかることがあります。
- ✓ お肉を食べるときは、「生食用」として販売されているもの※をのぞき、中心まで十分に加熱して食べてください。
※生食用の基準を満たした牛肉・馬肉を除いて、肉や内臓はすべて「加熱用」です。
- ✓ 腸管出血性大腸菌による重い食中毒の危険性があるため、腸管出血性大腸菌が検出されやすい牛肉・牛レバーは法律で基準が定められました。
- ✓ 基準に適合した生食用食肉だけは生で食べることができます。牛レバーは生食が禁止されています。
※子ども、高齢者、食中毒に対する抵抗力の弱い方は、基準に適合したものであっても、生食は控えてください。



「新鮮だから生でも安全」は間違いです！

- ✓ 市販の鶏肉からは、高い割合でカンピロバクターなどの食中毒菌が検出されています。※
- ✓ カンピロバクターは多くの食中毒菌と違い、通常、食肉中では増えることができませんが、少量でも付いていれば食中毒を起こすことから、新鮮な食肉であっても食中毒が発生します。
- ✓ むしろ新鮮な食鳥肉ほど、カンピロバクターが生き残っている可能性が高いことが知られています。

※ 食品安全委員会から公表された微生物・ウイルス評価書「鶏肉中のカンピロバクター・ジェジュニ/コリ」には、市販の国産鶏肉の場合32%～96%の割合でカンピロバクターが検出されているとのデータが示されています。

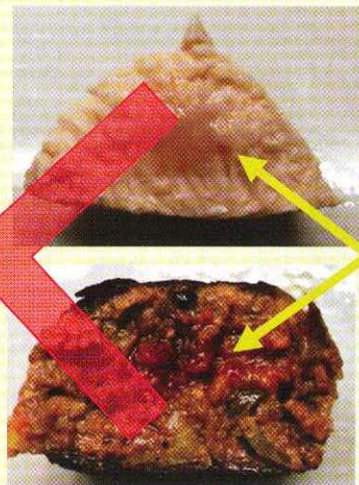
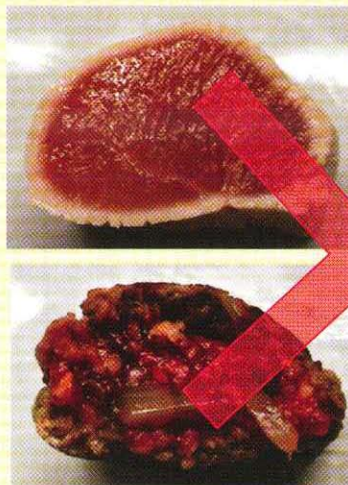
新鮮=安全

お肉は中心部まで十分に加熱して食べてください！

- ✓ お肉は中心部の色が完全に変わるまで加熱してください（75℃1分間以上の加熱）。

鶏肉の例

ハンバーグの例



右端の例では、中心が少しピンク（赤色）のままです。この状態では、食中毒菌が生き残っている可能性があります。

★お肉についての誤った知識★

お店で出されているから
生で食べても大丈夫

お店で出されているからといっても、安全である保証はありません。特に鶏肉については、馬肉等と違い「生食用」の衛生基準がありません。また、カンピロバクターや腸管出血性大腸菌等の一部の食中毒菌は、付いていれば、鮮度と関係なく食中毒を起こすことから、鮮度が良いからといって安心できません。

タタキなら表面を
加熱しているので大丈夫

鶏肉は表面だけでなく、肉の内部までカンピロバクターに汚染されているといわれています。そのため、表面を加熱しただけのタタキでは、カンピロバクターが生き残り、食中毒を起こすことがあります。実際、鶏肉の「タタキ」を原因とする食中毒事件も多く起こっています。牛肉については、生食用の衛生基準を満たしたもののみが、「タタキ」として提供することが可能です。

豚・鹿の肉やレバーなら
生で食べても大丈夫

豚・鹿の肉やレバーは、E型肝炎ウイルスをはじめ、カンピロバクターやサルモネラ属菌等に汚染されている可能性があるため、生食を行うことは大変危険です。中心部まで十分に加熱してから食べてください。

牛肉100%のハンバーグなら
レアで食べても大丈夫

挽肉は、牛や豚などの種類を問わず、食中毒菌に汚染されている可能性が高いため、加熱不十分な状態で食べることは非常に危険です。そのため、牛肉100%であっても、必ず中心部まで十分に加熱された状態（表面の写真をご参照ください）で食べてください。

お肉を原因とする食中毒の予防法

★肉は十分に加熱する

- ✓ 肉は中心部の色が完全に変わるまで火をとおす（加熱目安：中心部温度75℃で1分間以上）。

★生肉を焼くときは専用の箸やトングを使う

- ✓ 肉を焼くときは、専用の箸やトングを使い、食べるための箸で生肉に触れないようにする。

★生肉をさわった後は、手洗いをしっかりする

- ✓ 生肉をさわった後は、石けんを使って丁寧に手を洗う。
- ✓ 生肉の調理に使用したまな板や包丁は洗剤でよく洗い、熱湯や塩素系漂白剤で消毒をする。

★生や加熱不十分のお肉を原因とする食中毒の原因菌〔代表例〕★

食中毒菌	カンピロバクター	腸管出血性大腸菌（O157など）
その症状	下痢、腹痛、発熱 〈場合によっては・・・〉 手指のまひ・呼吸困難など（ギラン・バレー症候群）	激しい腹痛、下痢（血便を含む） 〈場合によっては・・・〉 腎機能障害（溶血性尿毒症症候群：HUS）・意識障害など
発症までの時間	一般的に2～7日（平均2～3日）	一般的に2～14日（平均3～5日）
主な原因食品	・ とりの刺身、とりのタタキ、生レバーなどの生肉料理 ・ 加熱不十分な食肉 ・ 二次汚染された食品	・ 生レバー、生センマイなどの生肉料理 ・ 加熱不十分な食肉 ・ 二次汚染された食品

～冬場はノロウイルスによる食中毒及び感染性胃腸炎が多く発生します～

また、人から人へ感染するノロウイルス等による感染性胃腸炎の集団発生も冬季から春先に多く発生しています。特に保育所、幼稚園、小学校、高齢者福祉施設、医療機関での発生が多く、注意が必要です。



ノロウイルスの特徴

- ※おう吐や下痢等の症状がある場合は、早めに受診しましょう!!

An illustration of two hands being washed with numerous blue soap bubbles. The hands are shown in a light skin tone with black outlines for fingers and palms. The bubbles are small, light blue spheres with darker blue outlines, scattered across the hands and fingers.

- ★飲食店や給食施設等においては、調理従事者の**健康管理**を徹底しましょう！
 - ・おう吐や下痢等の症状がある場合は、調理に従事しないようにしましょう！
 - ・ノロウイルスは症状が無くなっても1週間程度は便の中に排出されます！
- ★調理前、食事前、トイレの後に手指の洗浄消毒(しっかりと2回)を徹底しましょう！
- ★手指の消毒には逆性せっけんや消毒用アルコールはあまり効果がありません！
そのため、手指についたノロウイルスをせっけん、流水で洗い流すことが必要です！
- ★調理器具を介しての汚染がありますので、**器具の洗浄消毒**を徹底しましょう！
- ★カキなどの二枚貝の生食は避け、**中心部まで十分加熱**しましょう！
(85～90℃ 90 秒間以上)
- ★おう吐物等で汚れた場所や掃除道具は**塩素系消毒薬で消毒**しましょう！



各区保健福祉センター（各区役所 保健福祉課・保健課）

★ 消毒のポイント★

～二次感染を予防するために～

※/ノウイルスに対する消毒は、**塩素系消毒薬(次亜塩素酸ナトリウム)**や加熱(**85℃、1分間以上**)が有効です。
(その他、ロタウイルスやサポウイルス等にも有効です。)

◎塩素系消毒薬(5%(*1))のうすめ方(水でうすめて使います)

対象物	食器・調理器具	便・おう吐物で汚れた衣類・床・壁等
希釈倍数(濃度)	250倍(200ppm)	50倍(1000ppm)
うすめ液1ℓを つくる場合の目安	4ml(キャップ1杯弱) (ペットボトル500ml(*2)のキャップ)	20ml(キャップ4杯) (ペットボトル500ml(*2)のキャップ)

(*1) 塩素系漂白剤として市販されているものの多くは、塩素濃度が5%です。

(*2) ペットボトル(500ml)は計量容器としてのみ使用し、別の容器で薄めてください。(誤飲防止のため)

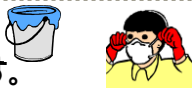
※塩素系消毒薬使用上の注意点※

- ・手指や皮膚等の消毒には使用しないでください。
- ・皮膚につけたり、目に入ったりしないように注意しましょう。
- ・衣類等は、色落ちする可能性があります。
- ・金属の場合はサビますので、30分ほど時間をおいてから水拭きしてください。
- ・十分換気しましょう。
- ・長期間保存していると薬品濃度が低下するので、開封後は早めに使用しましょう。
- ・使用の度ごとに薄めて使い、作り置きは避けましょう。
- ・冷暗所で子どもの手の届かない場所に保管しましょう。



◎便やおう吐物の処理方法

用意するもの ◆使い捨て手袋、マスク ◆新聞紙、ペーパータオル等
◆1000ppmの塩素系消毒薬 ◆ビニール袋等の密封できる袋2枚

- ① **ビニール袋は、口をあらかじめ広げておきます。** 
- ② **腕時計・指輪等はずし、手袋・マスクをつけます。**
- ③ **便やおう吐物を新聞紙やペーパータオルで覆い、その上から塩素系消毒薬をかけた後、静かにふき取り、すぐに広げておいたビニール袋に入れます。**



*便やおう吐物が乾燥すると、ウイルスが空气中に漂い、それが口に入って感染することがあるので、処理はできるだけ早期に、確実に行います。

- ④ **さらに塩素系消毒薬を浸したペーパータオル等で、便やおう吐物が付着した床や壁を外から内に浸すようにふき取り、広め*に消毒します。**

(※約1mの高さから嘔吐した場合、半径2m程度)

拭き取ったペーパータオル等はすぐにビニール袋に入れ、袋の口をしっかりと縛ります。

*処理した人の履物の裏にウイルスが付着することもあるので、床の処理が終わったら、履物の裏も消毒します。



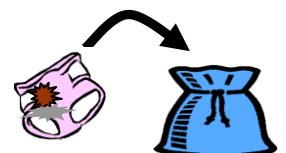
- ⑤ **口を縛った袋をさらにもう1枚の袋に入れた後、裏返しながらいだ手袋も入れ、内側を触らないように口を縛って捨てます。**

- ⑥ **最後によく手を洗います。**



◎おむつの処理方法

便・おう吐物と同じように処理します。おむつは交換後に内容物が飛び散らないように、速やかに便を包み込むように閉じ、ビニール袋に入れます。複数人のおむつを交換するときは、一人の処理が終わったら必ず手を洗います。



【 大阪マラソンEXPO 会場内での「おう吐（おうと）」の対応 】

大阪マラソン 会場内で、「おう吐（おうと）」があった場合（発見した場合）は、現場を確保していただき、汚染を広げないように注意して下さい。

また、触らずに『号館事務室』または『出展事務局』にご連絡ください。

おう吐ぶつは清掃スタッフにて処理・清掃します。

※おう吐ぶつに来場者が近寄らないようにご協力をお願いします。

※無理な清掃で、汚染を広げないように注意してください。