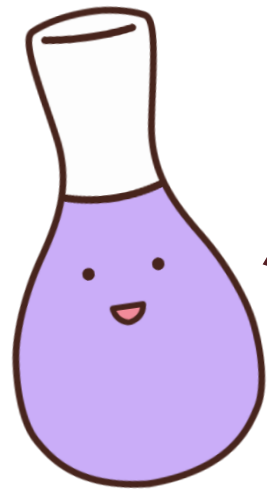


なすこのクロスワードクイズ ～食中毒編～

💧 ヒント 💧



このヒントを読めば、
あなたも
クロスワードクイズが
解けるかも！？

市公式ウェブサイト
「食中毒予防について」



もっと知りたい方
はコチラ→



食中毒の原因となる主な細菌・ウイルス

名称	主な原因食品	潜伏期間	主な症状	その他
カンピロバクター	・鶏の刺身等生で摂食されることがあるもの ・加熱不十分な鶏肉等	1～7日	下痢、腹痛、発熱、頭痛、悪寒、嘔吐	合併症としてまれにギラン・バレー症候群を起こすことがある
サルモネラ	・鶏卵、鶏肉等の畜産食品 ・加工畜産食品 ・野菜サラダ、魚肉等	12～48時間	下痢、腹痛、発熱、頭痛、悪寒、嘔吐	生卵が原因でサルモネラによる食中毒が発生したことがある
ウェルシュ菌	・肉、魚介類、野菜類、これらを使用した大量調理食品（カレー等） ・弁当、仕出し関連食品	6～18時間	腹部膨満感、腹痛、下痢	大量調理後は小分けしてなるべく早く冷ますと食中毒予防につながる
ボツリヌス菌	・保存食品 ・発酵食品	通常12～72時間	脱力感、倦怠感、めまい、視力障害、発声困難、嚥下困難、口渇、筋麻痺、腹痛	1歳未満の乳児にハチミツを与えると、乳児ボツリヌス症を発症する恐れがある
黄色ブドウ球菌	・弁当等の複合調理食品 ・おにぎり、寿司 ・和洋生菓子 ・卵調理品、肉調理・加工品	0.5～6時間	悪心、嘔吐	人の傷口に多く存在するため、手荒れや手指に傷のある人は素手での調理を控えること
リステリア	・生ハムなどの食肉加工品 ・ナチュラルチーズなどの乳製品 ・スモークサーモンなどの魚介類加工品	数日	発熱、筋肉痛、頭痛、下痢 重篤化すると髄膜炎	欧米ではリステリアによる集団食中毒が発生している
腸管出血性大腸菌（O157など）	・ひき肉、レバー、ユッケ等の生肉 ・加熱不十分な焼肉、ハンバーガー ・かいわれ大根等の野菜や果物 ・浅漬け、ポテトサラダ等の加工食品	通常2～7日程度	下痢、腹痛、発熱、倦怠感	重症化するとまれにHUS（溶血性尿毒症症候群）を併発
ノロウイルス	・生カキ等の二枚貝 ・感染した調理人等による污染食材	24～48時間	下痢、嘔吐、腹痛、吐気、発熱、頭痛	毎年、全国の食中毒患者数で1,2を争う。

食中毒の原因となる主な自然毒

① 動物性自然毒

中毒	毒をもつ魚介類	毒性成分	主な症状
フグ毒	フグ類	テトロドトキシン	食後20分～3時間程度でしびれや麻痺症状。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亡することがある。
異常脂質	アブラソコムツ、バラムツ	ワックスエステル	下痢

② 植物性自然毒 【毒キノコ】

種類	特徴	間違いやすいキノコ	主な症状
ツキヨタケ	傘は紫褐色で半円形。ひだの付け根につば様の隆起帯がある。	ヒラタケ ムキタケ シイタケ	食後30分～1時間程度で嘔吐、下痢、腹痛
テングタケ	傘は灰褐色で、表面に白色のイボが多数散在。柄の途中につばがある。	イボテングタケ (食用ではない)	食後30分程度で嘔吐、下痢、腹痛、そのほか神経症状

【その他の植物性自然毒】

植物名	毒性成分	間違いやすい植物	主な症状
スイセン	リコリン、タゼチン、シュウ酸カルシウム など	葉：ニラ、ノビル 球根：タマネギ	30分以内に悪心、嘔吐、下痢、頭痛
ジャガイモ	ソラニン、チャコニン など	— (皮や芽、緑色部分に含まれる)	30分～半日で嘔吐、下痢、腹痛

食中毒の原因となる主な寄生虫

寄生虫名	主な原因食品	潜伏期間	主な症状
アニサキス	サバ、アジ、イカ、イワシ等海産魚介類の刺身、これらの酢漬け、醤油漬け、握り寿司 など	1～36時間	急激な心窩部（みぞおち）痛、悪心、嘔吐、下腹部痛
クドア・セプテン プンクタータ	ヒラメ（刺身） など	1～数時間	下痢、嘔吐、発熱

食中毒の原因となる主な化学物質

物質名	主な原因食品	主な症状	その他
ヒスタミン	マグロ、カジキ、カツオ、サバ、イワシ、サンマ、ブリ、アジなどの赤身魚やその加工品	食後数分～60分程度で顔面紅潮、頭痛、じん麻疹、発熱等のアレルギー様症状	ヒスチジンを多く含む食品を常温で長時間置いたり、凍結・解凍を繰り返すことでヒスタミンの産生菌が増殖してヒスチジンからヒスタミンを生成する。