

## 今すぐ実践！家庭の食中毒予防

食中毒予防の基本は、**食中毒菌・ウイルスを**  
**つけない！ ふやさない！ やっつける！**

### つけない！

「料理する前」「肉・魚を触った後」「食事の前」は**手をよく洗**いましょう。調理の**順番を工夫**したり、肉と野菜で**調理器具を使い分け**たりしましょう。

### ふやさない！

冷凍品の解凍は、**常温ではなく冷蔵庫**で行いましょう。カレーや煮物など残った食品は室温にそのまま放置せず、**冷蔵庫で保管**しましょう。

### やっつける！

お肉は**中心部までしっかり焼き**ましょう。ひき肉・味付け肉・成形肉は、内部にも食中毒菌がいる可能性が高いので、特に注意して火を通しましょう。

- ① 飲食店のメニューにあっても「生・半生の鶏肉」などを食べるのはやめましょう。
- ① 焼肉やしゃぶしゃぶでは、トングや箸を「生肉用」と「加熱済み肉用」でしっかり使い分けましょう。

## 食中毒・感染性胃腸炎の原因となるノロウイルス

ノロウイルスは、**口から入る**ことで感染します。

大きく分けて**感染ルートは3つ**あります。



感染者のふん便やおう吐物から



感染者が調理した食べ物から



ノロウイルスに汚染された二枚貝や井戸水などから

- ① 「トイレの後」「食事前」「調理前」は**せっけん**を使用して手を洗いましょう。
- ① ノロウイルスに汚染されている可能性がある二枚貝(カキ、アサリ、シジミなど)は中心部を85～90℃で90秒以上加熱して食べましょう。
- ① 感染者のふん便・おう吐物は密封して廃棄し、汚染の可能性のある場所(ドアノブや手すり)を広く消毒しましょう。
- ① 消毒には塩素系漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム)が効果的です。

皆さまから寄せられたご意見を参考に食品衛生監視指導計画を作成しています。毎年、年明けに意見募集を行っていますのでぜひ、ご意見・ご要望をお寄せください。

困ったときは、お住まいの区的生活衛生課にご相談ください！



## 知っておきたい

# 「安全に食べる」って どういうこと？



動画でも予防や対策を紹介しています！  
そのお肉ちゃんと焼けてる？  
～カンピロバクター食中毒のお話～



「横浜市食品衛生監視指導計画」本編は各福祉保健センターの窓口や「食の安全ヨコハマWEB」でご覧になれます。

食の安全  
ヨコハマ  
WEB



→ 横浜市では皆さまから寄せられたご意見を参考に  
食の安全・安心を守るため、さまざまな取組を行っています。

さまざまな取組を、  
中面で紹介しています！



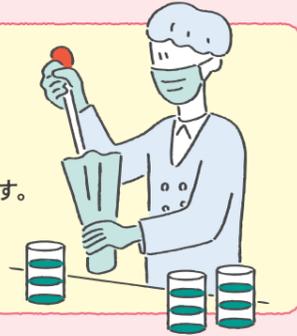
# みんなで取り組む安全で豊かな食生活

食の安全は、横浜市、事業者、市民の皆さまが協力して守られます。安全な食品が流通すること、正しい情報を知ることで皆さまが安心して多様な食品を選ぶことができ、豊かな食生活が送れます。

## 横浜市の取組

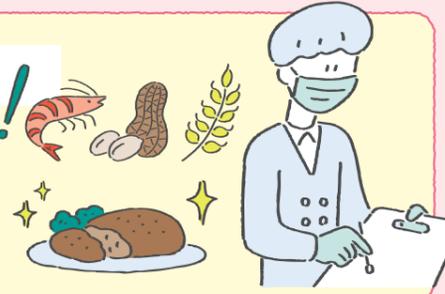
### 1 検査

市内のスーパーや市場などで販売される食品を抜き取り、違反している食品はないかチェックします。残留農薬、食品添加物、細菌などについて検査しています。



### 2 監視

飲食店、食品工場、給食施設などに立ち入って、調理環境や衛生状態、食品の取扱い方法をチェックし、基準を満たしているかを監視します。



### 3 情報提供

市民や事業者（飲食店・食品工場・給食施設など）へ、講習会・チラシ・ウェブページを通して、食中毒予防や食品表示についての情報を広くお知らせします。



食品の製造・提供施設 飲食店・食品工場・販売店・市場 など

給食施設 小学校・保育所・高齢者施設 など

給食施設へは特にノロウイルス、腸管出血性大腸菌、食物アレルギー対策に力を入れて指導しています。

#### 食中毒予防 ノロウイルス対策の指導

カンピロバクター、ノロウイルス、アニサキスなどによる食中毒を未然に防ぐため、飲食店や食品工場を訪れ、手洗いの徹底、食品・調理器具の取扱いについて指導します。



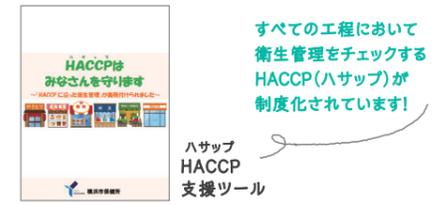
#### 肉の提供・販売・取扱いに関する指導

肉は十分に焼いて提供するように指導し、生・半生の肉を使用するメニューの危険性を伝えます。お客さんが肉を焼いて食べるときは十分に焼くことを伝えるよう指導します。



#### 自主衛生管理の支援

事業者が自主的に衛生管理に努められるよう支援し、相談に対応します。食品衛生責任者の設置や講習会の受講をすすめ、衛生管理のマニュアル作りをサポートします。



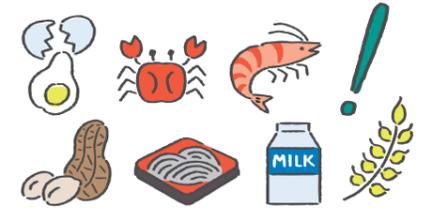
#### O157などの 腸管出血性大腸菌対策

腸管出血性大腸菌は、腹痛や下痢を引き起こし、重症化することもあります。生肉だけでなく生野菜にもついていることがあり、生で食べる野菜・果物には、十分な洗浄や消毒が必要であることを伝えています。



#### 食物アレルギー対策

小学校や保育所で調理された食品の検査を実施し、アレルゲン混入防止対策を確認します。市販品もアレルゲンの検査を行い、食品表示が適正かチェックします。



#### 食中毒などが発生したら

施設を調査して、病院や検査機関と協力して原因を調べます。原因となった施設には、被害拡大防止と再発防止の指導を行い、十分な対策がとられたことを確認します。

#### 法律に違反した食品などには

食品ごとに細菌や農薬などの基準が法律で決められています。検査で、基準を超える細菌が検出された場合や日本では使用できない添加物が検出された場合は、原因となった施設へ再発防止について指導します。事業者には違反食品が流通しないよう、回収や廃棄などを指導します。

「知る」から「行動」へ

## 事業者の行動

### 自主的な衛生管理

横浜市の支援を受けながら、自主的に衛生管理マニュアルを作成するなど、調理室や製造室などの衛生状態を向上します。

- ・飲食店
- ・食品工場
- ・販売店
- ・給食施設 など

### リスクコミュニケーション

食の安全に関する意見交換を行います。

シンポジウムを開催しています。

## 市民の行動

### 情報活用

横浜市が提供する情報をもとに、食中毒予防に関心を持ち、食品購入の際に食品表示を確認するなど、食の安全に気を配ります。



- ☑ 下痢をしていない
- ☑ 吐き気がない





# 東京2020オリンピック・ パラリンピックに向けての 「衛生対策」



国際的なスポーツイベントなどの開催時には  
多くの観光客が市内を訪れ、競技会場や宿泊・商業施設を  
利用することが見込まれます。

皆さまが安心して楽しめるよう、衛生チェックをしっかりと行います。



横浜市は  
東京2020大会を  
ともに盛り上げて  
いきます

## 横浜市の取組

競技会場、売店、周辺のホテルや商業施設などへ立ち入り、  
食品の検査・衛生状態のチェックを行い、食中毒事故などを防ぐための指導をします。



- ✓ 調理従事者の体調管理が適切に行われているか確認します。
- ✓ 食材が衛生的に取り扱われているか確認します。
- ✓ 食品の表示が適正か確認します。

## より安全・安心な食生活に ～食品衛生法が変わりました～

近年の食を取り巻く環境変化に応じて、  
平成30年6月に食品衛生法が改正されました。

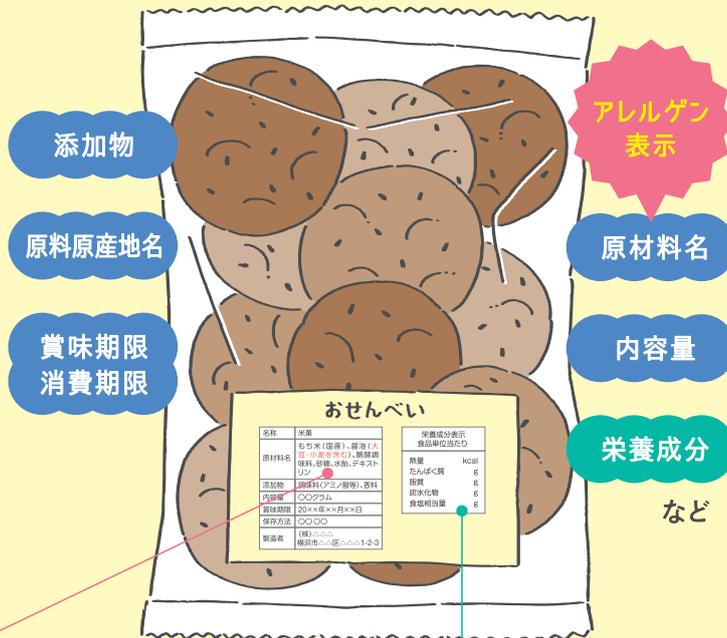
飲食店やスーパーなどの食品を扱う施設では、「HACCP」(ハサップ)という、  
国際的にとり入れられている方式を使って衛生管理をすることが義務づけら  
れました。また、食品の器具・容器包装に使える材料の基準が変わり、今まで  
以上に安全性が求められます。横浜市では、これらの法改正について事業者  
にお知らせしていきます。



# 「食品表示」を活用しよう!

食品を購入するとき、  
食品表示を確認していますか?  
食品表示にはどんなことが  
書かれているのでしょうか。

食品表示には、**どんな原材料を使って作られたのか、どう保存するか**など、安全で健康的に食べるための大切な情報が記載されています。こうした情報を、安心・安全な食生活に役立てましょう。



## アレルギー表示

アレルギー症状を引き起こす原材料などが使われているか、食品表示を見れば一目でわかります。

表示が義務化されているアレルギー **特定原材料7品目**



名称	米菓
原材料名	もち米(国産)、醤油(大豆・小麦を含む)、醗酵調味料、砂糖、水飴、デキストリン
添加物	調味料(アミノ酸等)、香料
内容量	〇〇グラム
賞味期限	20××年××月××日
保存方法	〇〇〇〇
製造者	(株)△△△ 横浜市△△区△△△1-2-3

アレルギー症状を発症するとされる食品のうち、**発症数や重篤度の高い7品目は原材料や添加物に表示することが義務づけられています。**(特定原材料に準ずる21品目の表示も推奨)

※アレルギー表示は原材料や添加物の最後にまとめて表示されている場合もあります。

## 栄養成分表示

令和2年4月から、原則全ての加工食品に**栄養成分表示が義務づけられました。**  
栄養成分をチェックすることで、**栄養バランスに配慮することができます。**

栄養成分表示 食品単位当たり	
熱量	kcal
たんぱく質	g
脂質	g
炭水化物	g
食塩相当量	g

100g、100ml、1包装など**食品単位当たり**の量が表示されています。



横浜市では、市民の皆さまが適切に食品を選択し活用できるよう、**流通している食品表示の点検をしています!**