

鶏料理で
何が好き?焼き鳥、
水炊き!鶏料理は
福岡の
食文化ね正しく知っ
ておいしく
食べよう!鶏肉は
しっかり加熱
しましょう全問正解できる?
鶏肉〇×クイズ鶏肉の食べ方・扱い方を
知って、おいしく食べよう

突然ですが、鶏肉〇×クイズです!

- ① 新鮮であれば、鶏肉は生で食べてもよい。
- ② 表面をあぶっている鶏肉は、中は生でも問題ない。
- ③ 一度冷凍し、解凍した鶏肉は、加熱せずに食べても安全だ。

答えは?

答えは全て×。
鶏肉には、新鮮であれば特に、カンピロバクターという食中毒菌が付着しています。冷凍や表面のみの加熱では、菌は死にません。

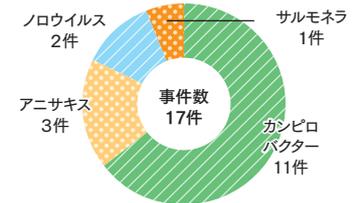
福岡で一番多い食中毒、カンピロバクター

近年、福岡市内の食中毒の原因として最も多いのが、カンピロバクター。過去には野外イベントで100人以上の患者が出た事例もありました。

カンピロバクターは、ニワトリ・牛など家畜や野生動物の腸管内に生息する菌。人の体内に入ると増殖し、食中毒を起こします。感染すると1～7日間の潜伏期間後、下痢や腹痛、発熱の症状が出ます。子どもや高齢者など抵抗力の弱い人は重症化しやすいです。また、ギラン・バレー症候群を発症することもあります。

H29年福岡市食中毒発生状況

〈病因物質別発生状況〉



ギラン・バレー症候群=主にウイルスや細菌の感染がきっかけで発症する神経症状。手足に力が入りにくくなるなどの症状から、重症化すると、手足が動かせなくなる、呼吸ができなくなることもあります。

感染の原因



感染の主な原因は、菌の付着した肉を、生や加熱不十分な状態で食べることに。カンピロバクターは、鶏肉から高い割合で検出される菌。今、「あぶり」や「レア」などの食べ方がはやっていますが、注意が必要です。

予防方法

予防方法は、肉を中心部まで十分に加熱して食べることに。鶏肉なら、ピンクから白に色が変わるのが目安です。

手指・器具を介して菌が移るのを防ぐため、生肉を触った手は石けんで洗い、調理器具は洗浄後、熱湯や塩素系漂白剤で消毒を。シンクを介しての感染にも注意をしましょう。また、焼肉などをするときには、生肉を触った箸やトングと、取り箸を使い分けましょう。