

健康 ぷらざ

新型コロナ流行と食中毒

企画：
日本医師会

No. 543

指導：がん・感染症センター都立駒込病院感染症科 部長 今村 顕史

新型コロナ対策だけでは食中毒は予防できません

新型コロナウイルス感染症対策は、ほかの感染症の予防にもなります。マスク着用や手洗い習慣によって、昨年の夏は、子どもの三大夏風邪といわれる手足口病、ヘルパンギーナ、咽頭結膜熱（プール熱）が減り、冬にはインフルエンザが激減しました。その一方で、食中毒の発生は続いています。食中毒は、汚染された食事などを介して、菌やウイルスが口から入ることによって起こるからです。食中毒では、新型コロナ対策中だからこそ注意すべき点があります。

デリバリーや持ち帰りの料理は 早く食べましょう

新型コロナ対策で会食が制限されるため、飲食店ではデリバリーや持ち帰りが急増しています。調理してから食べるまでの時間が長くなるほど、菌の量が増えて食中毒を起こしやすくなるので、デリバリーや持ち帰りの食事はできる限り早めに食べる必要があります。冷所に強い食中毒菌もあるので、冷蔵庫を過信しないことも大切です。



キャンプやバーベキューは 日常と異なる環境に留意しましょう

野外のほうが安心だからと、アウトドアのキャンプでの食事やバーベキューの機会も増えています。キャンプやバーベキューでは、調理者の手洗いを徹底しましょう。調理前にはクーラーボックスや保冷剤を活用するなど、食材の扱いにも注意が必要です。水の汚染にも注意してください。まな板や包丁などの調理器具の消毒、生肉などを扱う箸やトングの使い分けも重要なポイントです。

菌の多くは肉の表面についているので、焼肉やステーキは表面全体をしっかりと焼きます。ひき肉でつくったハンバーグや鶏肉のつくね、成型肉のサイコロステーキなどは、中心部まで十分に加熱してください。

