

# フードコミュニティ いしかわ

第41号

2026年2月発行

## ノロウイルス・カンピロバクターによる食中毒を予防しましょう

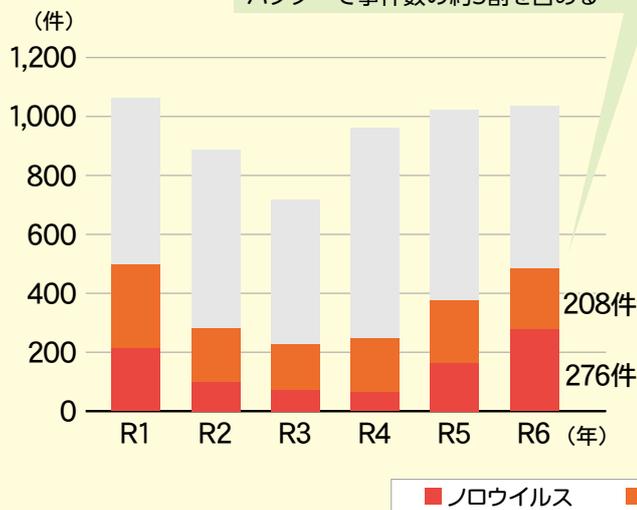
腹痛や下痢、おう吐などの症状が急に出了たことはありませんか。そんなときに疑われるもののひとつが「食中毒」です。食中毒は、飲食店などで食べる食事だけでなく、家庭での食事でも発生しています。

食中毒は、食品等の適切な取扱いによって防ぐことができます。安全な食事を安心して食べられるように、食中毒について正しく理解しましょう。

### 全国の食中毒の発生動向（過去6年）

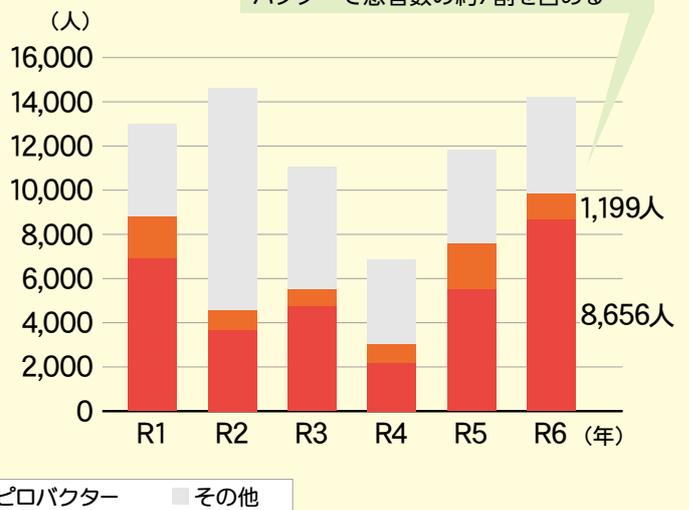
#### 【事件数の推移】

令和6年では、ノロウイルスとカンピロバクターで事件数の約5割を占める



#### 【患者数の推移】

令和6年では、ノロウイルスとカンピロバクターで患者数の約7割を占める



令和元年～令和6年 厚生労働省集計（食中毒統計）

令和6年に全国で発生した食中毒は1,037件、患者数は14,229人にのぼりました。

グラフを見ると、発生件数の約半数、患者数の約7割が「ノロウイルス」と「カンピロバクター」で占められており、非常に多く発生していることがわかります。

「アニサキス」による食中毒も依然として多く発生していますが<sup>(※)</sup>、今回は、患者数の多い「ノロウイルス」と「カンピロバクター」にスポットをあて、特徴や食中毒の予防方法を一緒に調べてみましょう。

※アニサキスによる食中毒の対策は『令和4年3月発刊のフードコミュニティ第30号第2版「アニサキス（寄生虫）による食中毒に注意！～予防のポイント～』をご覧ください。



# 手洗いの徹底・しっかり加熱でノロウイルスを予防しよう!!

ノロウイルスによる食中毒は、近年でも発生件数が依然として多く、他の食中毒に比べて患者数も多いため、特に注意が必要です。

## 特徴

- ・少量(10~100個程度)のウイルスで発症可能
- ・ヒトの腸管上皮細胞でのみ増殖可能
- ・ノロウイルス感染症に直接効果のある薬剤、ワクチンはない
- ・消毒用アルコール、逆性せっけんはあまり効果がない

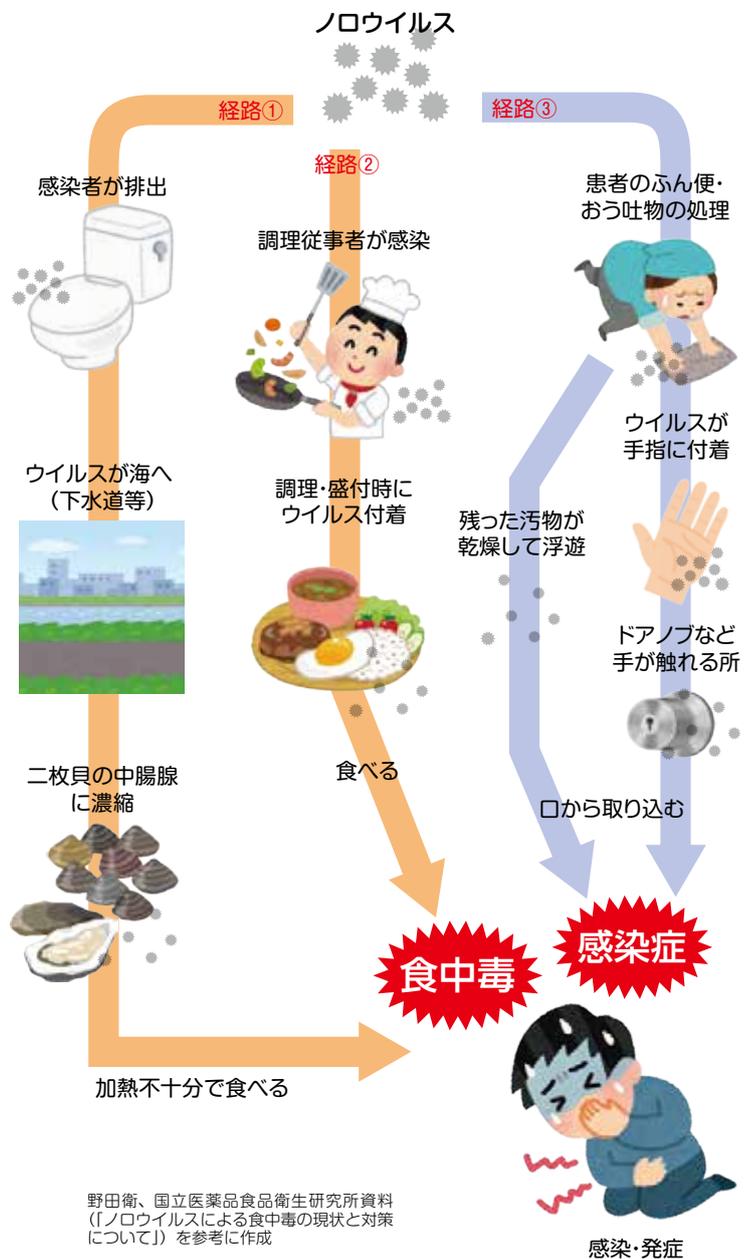
## 症状

- ・潜伏期間:通常24~48時間
- ・症状:おう吐、下痢、腹痛、発熱
- ・ふん便やおう吐物中に大量のウイルスが排泄される
- ・症状のない感染者もふん便中にウイルスを排出する
- ・快復した後も長期間ウイルスの排泄が続く。



気付かぬうちにウイルスに感染してしまう。

## 主な感染経路



## 予防方法

- ・調理前やトイレの後、おう吐物を処理した後の手洗いを徹底しましょう。(P4の手洗い方法を参照)石けんを使い、2回手洗いを繰り返すと効果的です。
- ・食品を内部までしっかり加熱しましょう(中心部が85~90℃で90秒間以上の加熱)。
- ・おう吐物やトイレの清掃時には、マスクや使い捨て手袋を着用しましょう。

おう吐物の処理の方法や消毒液の作り方など、詳しくは、「ノロウイルスによる感染症・食中毒の予防について」([https://www.pref.ishikawa.lg.jp/syoku\\_anken/noro\\_tyuuui.html](https://www.pref.ishikawa.lg.jp/syoku_anken/noro_tyuuui.html))をご覧ください。

## 生・半生・加熱不足の鶏肉料理によるカンピロバクター食中毒に注意!!

細菌による食中毒は近年減少傾向にあります。その中でカンピロバクターを原因とする食中毒は、令和6年では全国で発生した細菌による食中毒320件の中で208件(65.0%)と最も多く、依然として多発傾向が続いています。この傾向は石川県でも同様です。

また、近年、県内外で「鳥刺し」「鳥わさ」「鳥たたき」など、半生の鶏肉料理を食べて食中毒となる事例が増えています。

鶏肉は  
『新鮮だから安全』  
ではありません!!



市販鶏肉から、  
カンピロバクターが  
高い割合で見つかっています!

**20%~100%**

(※)厚生労働科学研究の結果より

### カンピロバクターって?

**特徴:**ニワトリやウシなどの腸管内にいる細菌で、少量の菌数でも食中毒を発生。熱に弱い。

**食中毒の症状(食べてから1~7日で発症):**

下痢、腹痛、発熱

**対策:**十分な加熱(中心が白くなるまで焼く)

サラダなど生で食べるものとは別に調理

鶏肉を調理した器具は熱湯で消毒



家庭での  
食中毒を  
防ぐために

鶏肉は中心部までしっかりと加熱!  
他の食材に菌が移らないように注意!

楽しい  
外食に  
するために

よく加熱された鶏肉料理を選んで  
楽しい食事にしましょう!!



鶏肉は  
食生活に欠かせない食材です!  
おいしく安全に食べましょう。

# 衛生的な手洗いの方法

石けんには、ノロウイルスを直接失活させ消毒する効果はありませんが、手の脂肪等の汚れを落とすことにより、ウイルスを手指からはがれやすくする効果があります。

(なお、消毒用エタノールによる手指消毒は、石けんと流水を用いた手洗いの代用にはなりません、すぐに石けんによる手洗いが出来ないような場合、あくまで一般的な感染症対策の観点から手洗いの補助として用いてください。)

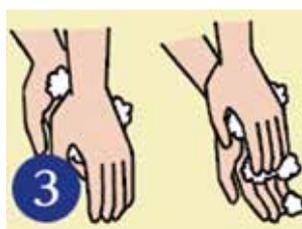
## － 基本の手洗い手順 － 日本食品衛生協会が推奨する衛生的な手洗い



1 流水で手を洗う



2 洗剤を手取る



3 手のひら、指の腹面を洗う



4 手の甲、指の背を洗う



5 指の間(側面)、股(付け根)を洗う



6 親指と親指の付け根のふくらんだ部分を洗う



7 指先を洗う



8 手首を洗う(内側、側面、外側)



9 洗剤を十分な流水でよく洗い流す



10 手をふき乾燥させる(タオル等の共用はしないこと)



11 アルコールによる消毒(爪下、爪周辺に直接かけた後、手指全体によく擦り込む)

### 2度洗いが効果的です!

(2～9までを繰り返す)

2回洗いで菌やウイルスを洗い流しましょう。

爪ブラシは不衛生な取扱いにより細菌が増殖し、二次汚染の原因となってしまう場合があります。爪ブラシを使用する場合十分な数を揃え、適宜消毒するなど衛生的な取扱いが必要です。

出典:公益社団法人日本食品衛生協会  
<無断複製・放送・複写禁>  
転載を希望される方は、必ずご連絡ください。

## コラム

### 飲食店の皆様へお願い

カンピロバクターによる食中毒は、加熱が不十分な鶏肉料理の提供だけが原因ではありません。過去には、飲食店でカンピロバクターに汚染された湧き水を調理に使ったことが原因で、大規模な食中毒が発生した事例もあります。井戸水や湧き水、山水などを「飲用に適する水」として調理に使用する場合は、定期的な水質検査など適切な管理をお願いします。



## 石川県 健康福祉部 食品安全対策室

〒920-8580 石川県金沢市鞍月1丁目1番地 電話 076-225-1445

メールアドレス [foodsafety@pref.ishikawa.lg.jp](mailto:foodsafety@pref.ishikawa.lg.jp)

ホームページ 『いしかわの食の安全・安心情報』

いしかわ 食の安全

検索