

実験！野菜にも菌がいます

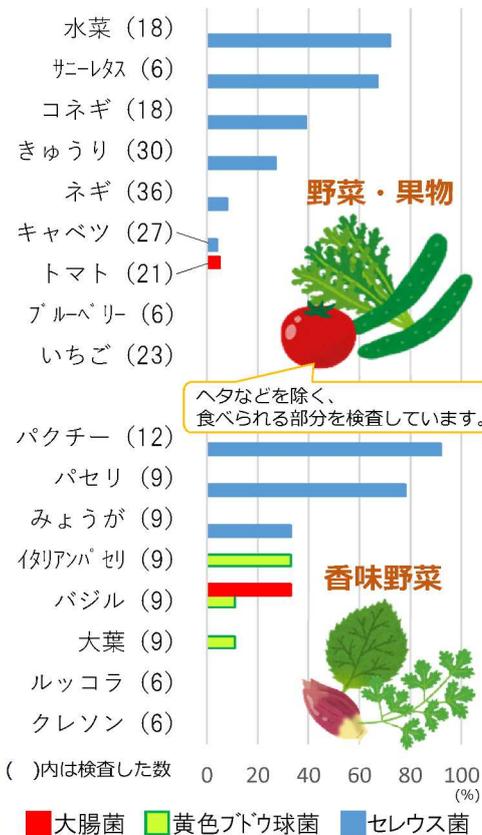
ねりま食品衛生だより第73号 令和3年3月26日発行

練馬区保健所 生活衛生課 食品衛生担当係 5984-4675 練馬地区3992-1183 / 石神井地区3996-0633

生で食べることの多い野菜にも食中毒菌はついています。
正しく知って、リスクに応じた洗浄・調理を心がけましょう。

検査しました、生野菜

生で食べる農産物の細菌検査結果



練馬区内で流通している農産物のうち、生で食べるもの9種類（水菜、キャベツ、ネギ、きゅうり、トマト、イチゴ、ブルーベリー等）について細菌検査をしました。

その結果、**約20%**から食中毒の原因となりうる菌等が確認されました。

そのほとんどが**セレウス菌**であり、水菜で多く、葉物以外ではきゅうりからも確認されました。

その他、トマトから**大腸菌***が確認されました。

また、香味野菜8種類についても検査したところ、**約40%**から食中毒の原因となりうる菌等が確認されました。

野菜同様、**セレウス菌**が最も多く確認されたほか、**黄色ブドウ球菌**や**大腸菌**も確認されました。

* 大腸菌には無害なものもありますが、糞便で汚染された可能性を示します。



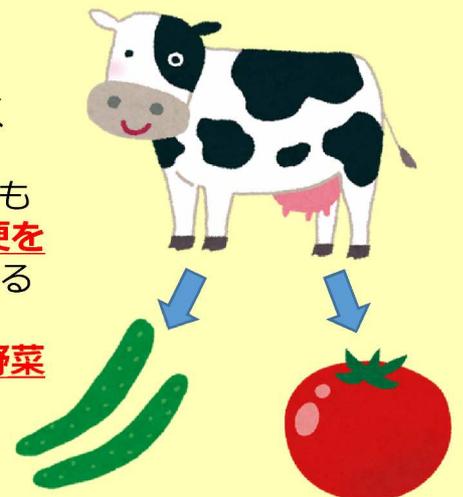
どうして野菜にも菌がいるの？

食中毒菌には様々な種類があります。

今回多く検出されたセレウス菌は、土壌や自然環境中に広く存在する菌であり、菌量が増えると食中毒を起こします。

一方、O157に代表される腸管出血性大腸菌は、少量の菌でも食中毒が起きる菌であり、主に牛が保菌しています。**牛の糞便を利用した堆肥***や野生動物を通して農業用水や農地が汚染される可能性があり、国内でも野菜が原因の食中毒が起きています。

汚染の経路は様々であり、露地栽培・水耕栽培を問わず、**野菜には菌がついている前提での洗浄や消毒が必要**です。



* 正しく処理された堆肥は、発酵時の熱で大腸菌が死滅します。

生野菜が原因の食中毒事例

① 冷やしきゅうり

患者数 510人 (114人入院)
提供数 約1000本
原因物質 腸管出血性大腸菌O157



POINT

- ・花火大会の露店で販売されていた。
- ・きゅうりの洗浄が不十分であった。
- ・気温30℃で2~3時間放置していたので、菌が繁殖した。
- ・バケツで大量に漬け込みしたため、被害が拡大した。

② 白菜の切り漬け

患者数 169人 (7人死亡)
提供数 約300kg
原因物質 腸管出血性大腸菌O157



POINT

- ・高齢者施設等で提供された。
- ・白菜や器具類の洗浄不十分や殺菌用薬剤*の濃度不足など、衛生管理が不適切であった可能性がある。

*ここでは食品用の次亜塩素酸ナトリウム溶液を使用。

家庭での

野菜等の食中毒予防方法

(1) 流水でよく洗う。

レタスなどの葉菜類は、一枚ずつはがして洗う。
リンゴは洗ってから皮をむく。



- (2) 高齢者や幼児など、抵抗力に不安がある場合は湯がく。
(100℃の湯で5秒間程度)



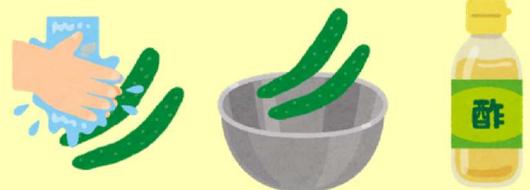
- (3) 肉や魚からの二次汚染を防止する。
(包丁・まな板の使い分け、器具類はよく洗浄、消毒する)



- (4) 料理を常温で放置しない。

参考 お酢で実験

きゅうりの洗浄試験をしたところ、「流水洗浄→**10%の酢に10分つける**→流水洗浄」という方法で、細菌が減少しました。



殺菌剤には食品用の次亜塩素酸ナトリウム溶液等がありますが、家庭で取り入れやすい方法としてお酢で実験しました。
味や見た目はほぼ変わりませんでした。

加熱せず食べる野菜は、流水で丁寧に洗いましょう！
調理の前には、十分な手洗いもお忘れなく！

