

生野菜が原因で重症事例や死亡事例が発生しています!

高齢者施設で提供された生野菜を原因とする腸管出血性大腸菌O157による食中毒で、10名の方が亡くなりました。(平成28年 東京都・千葉県)

腸管出血性大腸菌とは?

牛などが保菌しており、畑の土が汚染されることで、生野菜にもついてしまうことがあります。

Q. 感染するとどんな症状が出るの?

A. 腹痛、下痢、血便等 ※乳幼児や高齢者は重症化することがあります!

食中毒予防に効果的な洗浄・殺菌方法 **キャベツ編**

正しく洗浄・殺菌すれば、生野菜の細菌の数を減少させることができます。

※横浜市保健所の検証実験では、キャベツの場合、一般細菌数が約1/100に減少しました。

STEP 1 生野菜専用のボウル等を使って、流水で洗浄



- 溜め水で洗うと洗浄が不十分!
- シンクに直接野菜が触れるのはNG!

※シンクから2次汚染された食中毒事例もあります。



※中性洗剤を使用する場合は食品用のものを使用し、よくすすぎましょう。

STEP 2 次亜塩素酸ナトリウム溶液を希釈して、浸漬

1 次亜塩素酸ナトリウム溶液を希釈 ※原液が6%の場合

希釈濃度: **200ppm**



野菜を **5分間** 浸漬

希釈濃度: **100ppm**



野菜を **10分間** 浸漬

または

2 野菜を投入後はよく攪拌。殺菌開始前に試験紙等で殺菌溶液の濃度を確認し、記録に残しましょう。



ふむふむ...



※千切り後は切り口から出る滲出液の影響などで、殺菌溶液の効果が弱まる可能性があります。野菜の投入量が多すぎないように注意しましょう。
※殺菌溶液の使い回しはしないようにしましょう。

STEP 3 再度、流水で洗浄

流水で十分すすげば塩素臭も残らず、野菜の風味も損なわれません。

水に浸して保管すると、こんなに細菌が増えるの!?



余った生食用野菜を持ち越ししていませんか?

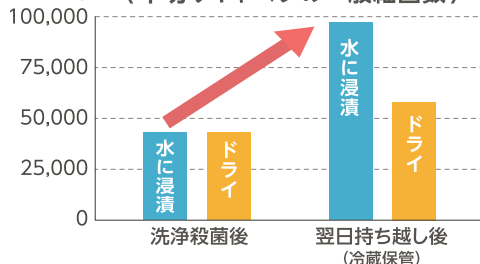
洗浄・殺菌しても、その後の保管方法によっては、**細菌数が再び増加**してしまう可能性があります。

使用期限は根拠をもって設定しよう!



持ち越し後の野菜の用途や期限管理を衛生管理計画に取り入れても良いね!

〈千切りキャベツの一般細菌数〉



検証実験: 横浜市保健所



食中毒予防に効果的な殺菌方法 **キュウリ編**



キュウリは気孔やイボがたくさんあり、細菌が付着しやすい上に、水をはじくので、次亜塩素酸ナトリウム溶液よりも**湯通し(ブランチング)**の方が、より殺菌効果が高くなります！

エーッ！こんなところに汚れが…

〈電子顕微鏡の画像〉

〈マイクروسコープの画像〉



気孔やイボの周辺や内部に細菌が付着

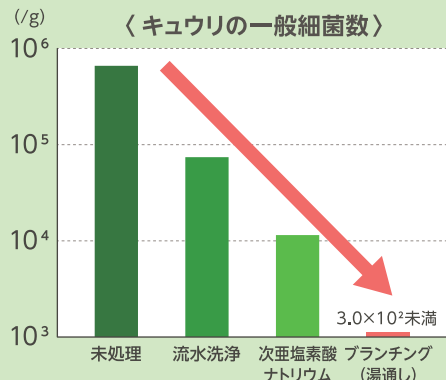
イボの周辺は特に水をはじく

← 気孔

↑ イボ

画像:横浜市衛生研究所

※「気孔」…唇のような形の小さな穴で光合成などに使われます。



殺菌方法

※長期保存を目的とした殺菌方法ではありません。

STEP ①

流水で洗浄する



STEP ②

沸騰したお湯(95~100℃)で
10秒間湯通しする



STEP ③

流水で**30秒**程度冷却する
すみやかに冷却すれば、味や食感の
変化もほとんどありません。



キュウリは湯通しすることで
色鮮やかになります！

映えるキュウリで、
お子様から高齢者まで
安心安全♪

ブランチングで
簡単殺菌♪



動画で学べる! 洗浄・殺菌方法

こちらからYouTubeへアクセスできます。

キャベツ編

キュウリ編



動画ではさらに詳しく
紹介してるよ！



■ 横浜市公式
クックパッドでも公開中▶



■ 発行:横浜市保健所 食品衛生課
TEL.045-671-3933
FAX.045-550-3587
令和5年 2月