



食の安全・安心に関する最新の情報を、
科学ジャーナリストの松永和紀さんに分かりやすく解説していただきます。



Q 微生物が引き起こす食中毒 効き目のある対策は？

A 手洗いしっかがりが、もっとも大事です

食の安全問題の中で際立って深刻なのが、微生物（細菌やウイルス）を原因とする食中毒です。厚生労働省の統計によれば、年間に2～3万人の患者が発生していますが、実際の患者数はその数百倍。つまり年間に数百万人の患者が発生している、とみられています。一般家庭でも起きています。

子どもにも教えない

亡くなる恐れもある怖い食中毒。もっとも効き目のある対策は？ 意外なことに、食品衛生の専門家はそろって「手洗い」と答えます。微生物は、人から人へ移り、人の手を介して食品を汚染します。手で顔や唇に触れて口から微生物が入る場合もあります。手洗いにより、そのルートを絶ち、食中毒事故を防げるかもしれません。子どもにも幼い頃からしっかりと教えない、身を守る手段です。

そのため、世界保健機関や米国疾病予防管理センター、日本の厚生労働省など、公的機関がこぞって手洗いの方法を教えています。手にさっと水をかけ近くに干してあるタオルでふく、というのはダメ。微生物を流しきれませんし、そもそもタオルが微生物だらけかもしれません。

正しい手洗いの方法は

まず、手洗いのタイミングは、

- ・ 食事をとる前
- ・ 調理する前
- ・ 動物に触った後
- ・ ごみに触った後
- ・ トイレの後
- ・ 具合が悪くなった人をケアした後
- ・ 体の切り傷などを手当する前後
- ・ 鼻をかんだり咳やくしゃみをした後

……などです。

その際のポイントは次の通り

- ① きれいな流水で洗う
- ② 洗剤をつける
- 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 きれいな流水で洗剤と汚れを洗い流す（これにより、微生物も洗い流せる）
- ⑩ 清潔なタオルかペーパータオルで手をふく

米国疾病予防管理センターは、「洗剤をつけて手をこすって洗う時に20秒間はかけて」としており、「ハッピーバースデーの歌を2回ハミングしたらよいですよ」と教えています。分かりやすいですね。食品工場などでは、手洗いを2回繰り返し、アルコールで消毒することが推奨されています。

日本の厚生労働省は、日本食品衛生協会に依頼して手洗い方法のリーフレットを発行しており、ウェブサイトから誰でもダウンロードして印刷することができます。また、動画サイト

[YouTube] で手洗いの方法を教える動画も公開しています。

■ 食中毒 / 厚生労働省ウェブサイト

(http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/shokuhin/syokuchu/index.html)



手洗いは、食中毒だけでなくインフルエンザやロタウイルスなどさまざまな感染症の予防にも効き目があります。「家族でしっかり」を習慣づけましょう。

■ PROFILE

まつなが わ き
松永和紀さん

科学ジャーナリスト。
京都大学大学院農学研究科修士課程修了（農芸化学専攻）。毎日新聞社に記者として10年間勤めたのち独立。食品の安全性や環境影響などを主な専門領域として、執筆や講演活動などを続けている。「メディア・バイアス あやしい健康情報とニセ科学」（光文社新書）で科学ジャーナリスト賞2008を受賞。新刊は「効かない健康食品 危ない自然・天然」（光文社新書）

京都生協 検査・点検報告 残留放射性物質の検査の詳しい内容を京都生協ホームページで公開中！

JAたまな「麗容トマト・ミニトマト」

整理・整頓・清掃が徹底されたミニトマト選果場でした。農薬や肥料の使用をできるだけ抑えた、環境にやさしい栽培に取り組んでおられます。また、栽培記録や帳票類の管理にも問題がないことを確認しました。



農事組合法人 紀泉農場「産直ひらがい卵」

卵を洗浄しパックするところは昨年と同様、汚れもなく、きちんと清掃されていることを確認しました。記録類についても問題ありませんでした。



〈3月度検査結果〉

農産物残留農薬検査	7 検体	
米の残留カドミウム検査	2 検体	
卵質検査	931 検体	
微生物検査	鶏卵サルモネラ検査	7 検体
	店舗調理商品	103 件
	京都生協商品	24 件
	その他	73 件
京都協同食品プロダクト(株)商品	6 件	
残留放射性物質検査	0 件	



京都生協の点検項目・検査基準に照らし安全に供給できることを確認しました。