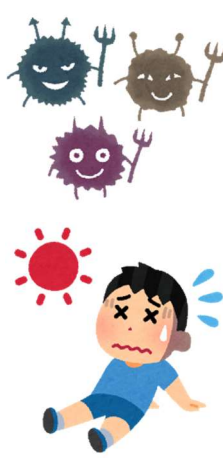


サニナビ 北九州



北九州市保健所
東部生活衛生課
広域食品指導係
小倉北区西港町 94-9
TEL 093-583-2048
FAX 093-583-2044

6月29日に食中毒注意報を発令!



北九州市では、6月1日以降に高温多湿の日が続いたときに「食中毒注意報」を発令し、注意を呼びかけています。夏場は、細菌性食中毒が特に発生しやすい時期です。食品の温度管理等に細心の注意が必要です。

【発令基準】

6月1日以降北九州観測局(小倉北区井堀)で観測された午前10時の気象データにおいて、気温25℃以上、湿度70%以上の日が2日間連続したとき

【観測値】

- 令和3年6月28日午前10時
気温25・2℃ 湿度74・7%
- 令和3年6月29日午前10時
気温26・2℃ 湿度73・5%



【発令期間】

令和3年6月29日～9月末日
ちなみに、過去3年間の発令日は、次のとおりです。

- 令和元年 6月21日
- 令和2年 6月15日
- 令和3年 6月29日

今年の九州北部の梅雨入りは統計史上2番目に早い5月15日でしたが、食中毒注意報の発令は前年より14日遅くなりました。

7月13日には梅雨明けが発表され、多湿に加えて高温になる日が続き、夏本番となりました。食中毒対策のみならず、ご自身の暑熱対策もしっかり行って、体調を崩さず暑い夏を乗り切りましょう。

じゃがいもによる食中毒について



春から初夏にかけて、スーパーマーケットなどでは収穫したばかりの「新じゃが」が販売されており、ちょうど今の時期は旬の終盤を迎えています。

じゃがいもは、肉じゃが、コロッケ、ポテトサラダ等、様々な料理の主役となり、食卓に欠かすことができない食材です。このように口にする機会が多いじゃが

いもですが、稀に食中毒の原因となることをご存じですか?

じゃがいもの芽の部分や緑色になっている部分には、主にソラニン、チャコニンといったアルカロイドという毒素が多く含まれています。この毒素を摂取してしまうと、およそ30分から半日程で、吐き気やおう吐、下痢、腹痛、頭痛、めまいなどの症状が現れます。重症化すると、眠気、無気力、錯乱、衰弱などの神経症状や視覚障害がみられ、場合によっては死亡することもあります。

また、子供の場合、大人より少ない量で症状が出る可能性があるため、特に注意が必要です。小学校では校内で栽培し収穫したじゃがいもを食べて集団食中毒となる事例が度々発生しています。

じゃがいもの毒素は加熱調理を行っても十分に減少させることができません。じゃがいもによる食中毒を予防するため大切なポイントは次のとおりです。



ポイント①

じゃがいもに光(日光、蛍光灯)を当てない。(じゃがいもに光が当たると皮が緑色になり毒素が増える)

ポイント②

じゃがいもは大きく育て、熟してから収穫する。(未熟で小さなじゃがいもは、毒素の濃度が高いことがある)

ポイント③

収穫、保管時にじゃがいもを傷つけない。(じゃがいもを傷つけるとその部分に毒素が増える)

ポイント④

芽とその周辺や緑色の部分は取り除く。(芽とその周辺や緑色の部分では、毒素の濃度が高い)

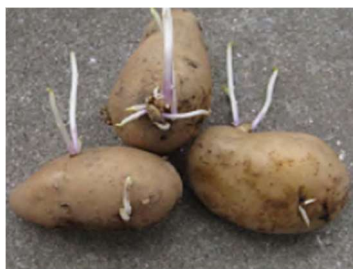
ポイント⑤

皮はできるだけ剥く。(皮は内部より毒素の濃度が高い)

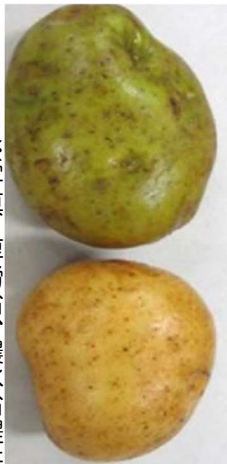
ポイント⑥

苦み、えぐみのあるものは食べない。(毒素の濃度が高いと苦み、えぐみが強くなる)

●芽が出たじゃがいも



●緑色になったじゃがいも(上) 通常のじゃがいも(下)



※写真・厚労省、農水省提供

編集後記

夏本番を迎え、エアコンが欠かせないほど暑い日々が続いています。熱中症には十分注意しましょう。今月の写真は「きゅうす」です。

