



今月のテーマ

ウイルスや細菌以外が原因の食中毒にもご注意ください

病因物質別食中毒発生状況(平成30年)

原因物質	患者数(人)
ウイルス	8,876
細菌	6,633
寄生虫	647
化学物質	361
自然毒	133
その他	632
合計	17,282

平成30年の食中毒発生状況を原因別に見ると、食中毒患者の90%はウイルスや細菌によるものですが、それ以外の聞き慣れない食中毒原因もいくつかあります。今回は意外と多く発生している、ウイルス・細菌以外の食中毒について紹介します。

寄生虫による食中毒

寄生虫と言うと昔の話のように思えますが近年、増加傾向にあり、ウイルス、細菌に次ぐ食中毒の原因になっています。流通技術の向上で、漁獲後から食卓まで冷凍されることなく冷蔵で流通することが可能になり、その魚を生食する機会が増えたためだと思われます。最も有名なものは、サバやイカなどの「アニサキス」ですが、ヒラメからの「クドア」もこのところ増えています。

寄生虫による食中毒を防止するには加熱が有効なので、加熱して食べれば寄生虫の心配はありません。マイナス20℃以下でのしっかりとした凍結も有効ですので、共同購入のように冷凍されて流通している魚も安心です。

アニサキスは内臓に潜んでいることが多いので、釣った魚や丸のまま購入した魚は、速やかに内臓を取り除いてください。シメサバのような酢めや塩漬けの調理、醤油やわさびを付ける、などでは寄生虫の食中毒を防止することはできません。

化学物質による食中毒

化学物質と言っても農薬や添加物ではなく、細菌が作り出す「ヒスタミン」という物質が原因で食中毒になります。ヒスタミンでの食中毒は、マグロ、カジキ、サバ、ブリなど赤身の魚で多く発生しており、じんましんのようなアレルギー反応を引き起こします。

ヒスタミン食中毒の元々の原因は細菌なので、一般的な食中毒予防法も有効です。しかし、加熱して細菌をやっつけても、ヒスタミン自体は加熱に強く、一度できると残ってしまいます。細菌がヒスタミンを作り出さないように、細菌を付着させ

ない、また細菌を増やさない対策をする必要があります。細菌は魚の表面に付いていることが多いので、丸のままの魚は水で表面をよく洗ってください。購入したらすぐに冷蔵庫に入れる、冷凍の魚を解凍する際は常温ではなく冷蔵で行うなど、できるだけ細菌の活動を抑えて、ヒスタミンが生成されないようにすることが大切です。

自然毒による食中毒

天然・自然のものは安全だというイメージがあるかもしれませんが、植物や魚介類には毒を持つものが多数存在します。自然毒を持つものを間違えて食べて起きる食中毒は、重篤な症状になることがあり、平成30年にも3名の方が亡くなっています。

家庭菜園で育てたスイセンをニラと間違えて食べたり、山菜狩りなどで誤って有毒な野草やキノコを食べたりする事例が発生しています。野生に自生しているものが食べられるのかどうかの判断は、とても難しいものです。少しでも判断に迷ったら、絶対に「採らない・食べない・売らない・人にあげない」ようにしましょう。

どちらが毒キノコか、見分けがわかりますか？



有毒なクサウラボニタケ



食べられるカクミノシメジ

写真出典：厚労省「自然毒のリスクプロファイル」

開発改善

岐阜西支所開発検討商品

「ほうじ茶ミニソフト」デビューしました！

岐阜県揖斐郡池田町、株式会社瑞草園の香り高いほうじ茶をクリームに配合し、食べきりサイズのミニソフトに仕上げました。ほっと一息つけるような味わいで、幅広い年代の方にお楽しみいただけます。コープぎふの組合員に、試食モニターやパッケージデザイン選びに参加いただき、商品の開発検討を進めました。

ほうじ茶ミニソフト
(遠赤外線火入れ茶葉使用)

300ml(75ml×4)
本体価格 298円
税込価格 321円



組合員の声



美味しい。甘すぎなくてよい。ほうじ茶の味がしっかりしている。



ほうじ茶の香りが口の中に広がります。



わが家のいち押し ～20周年記念企画 コープの思い出エピソードより～

骨密度が気になる年頃なので…



ちりめん山椒
蔵 60g
本体価格 410円
税込価格 442円
次回予定 1月4週

ピリッと山椒が効いていて、カルシウムも摂取できるので、毎朝ごはんにかけて食べています。骨密度が心配な年齢ですので、続けて食べたいと思います。友だちへのプレゼントとしても喜ばれます。

瑞穂市 藤本さん



懐かしい思い出の味



co-op ヨーグルトレーズン
10g×8
本体価格 198円
税込価格 213円
次回予定 1月2週

幼稚園やスイミングに行く前になると、お腹が痛くなった私。そんな時、母が「痛くなくなり元気が出る魔法の薬」と食べさせてくれたのが生協のヨーグルトレーズン！不思議と、これを食べると痛みがなくなり、元気に通えた記憶があります。今でも、ヨーグルトレーズンを食べると懐かしい気持ちになります。

池田町 岩崎さん



何かちょっと食べたい時に



co-op 北海道のそのまま枝豆
凍 1kg
本体価格 925円
税込価格 999円
次回予定 2月2週



おやつにこっそり食べるのが最高です。とっても美味しく、手が止まらないです。

美濃市 組合員さん

離乳食の強い味方



co-op 国産大豆と角切り野菜入りトマトコンソメソース
凍 160g(8個)
本体価格 298円
税込価格 321円
いつでも注文カタログ

離乳食を始めて、手作りソースやベビーフードのソースなどいろいろ試しましたが、なかなかごっくんせず全て口から出してしまっていました。が、これは美味しかったのか、あっさりごっくんして、さらにもっと！と言うようになりました。これがきっかけで、他のものも食べられるようになりました！

下呂市 N.Hさん



朝のひと時に欠かせません



co-op 黒糖入り黒豆きな粉
250g
本体価格 380円
税込価格 410円
次回予定 2月2週



朝、まだ誰も起きてこない時間に炊飯器のスイッチを入れ、洗濯機のスイッチを入れ、待っている間の30分程、温めた牛乳に黒豆きな粉を混ぜて、それを飲みながら新聞に目を通す時間が何よりです。色々なものにかけても美味しいです。

瑞穂市 伊藤さん

ゆず茶で一年中、ホッと一息



co-op ゆず茶
(高知県産ゆず使用)
570g
本体価格 780円
税込価格 842円
次回予定 1月3週



我が家では、夏は炭酸で冬はお湯で割って、子どもも大人もホッと一息つくのに役立っています。パンやクラッカーに塗ってもおいしいです！

池田町 組合員さん



カイワレダイコン(1パック)は長さを3等分にする。薄焼き卵は5mmの細切りに、ちくわ(2本)は縦半分さらに横半分にしてから細切りにして、醤油、ゴマ油(各小さじ1)鶏ガラスープの素(小さじ1/2)で和えます。もう一品ほしい時に。| 中津川市 ぴっぴママさん |



お隣さんに「男声合唱団の発表会」のチケットをいただいたので、年中の孫と聴きに行きました。オジサン、あの人？と訊いたら、「ここここか髪の毛がないよ」と。んー、そのような方々ばかりで…。| 可見市 ごん太さん |