



29年6月号

検査室だより

ついこの間「お正月」だったのに、もう「初夏」という言葉がピッタリの毎日です。洗濯物がよく乾いて気持ちいいですね。梅雨までのひと時、心にも爽やかな風を通してみましょう。

さて、最近、話題になった「ボツリヌス菌」と「ウエルシュ菌」についてです。暑くなるこの季節「おなじみ」の食中毒のお話です。

まずは「ボツリヌス菌」。現在知られている自然界の毒素の中では最強です。都合の悪い環境になると自分の周りに殻（芽胞）を作って身を守ります。殻を作ってしまうともうお手上げ。100℃で長時間加熱してもやっつけることはできません。しかも酸素のない状態が大好きです。

酸素がない・・・といえば真空パックや缶詰です。「食中毒なんて関係ない！」と思いませんか？酸素がない状態でしか増えることのできない「ボツリヌス菌」にとってはウハウハです。真空パックや缶詰が膨れていたら要注意。「ボツリヌス菌」がガスを出して増殖中です。もうひとつ注意が必要なのが、乳児ボツリヌス症です。腸内の状態が未発達の子供（1歳未満）が「ボツリヌス菌の芽胞」が入り込んだはちみつを食べると、腸の中で作られたボツリヌス毒素で乳児ボツリヌス症になってしまいます。大人は「ボツリヌス菌の芽胞」を食べても腸に行くまでの間にやっつけることができるのでご安心ください。



「ボツリヌス菌」の親戚筋にあたるのが「ウエルシュ菌」。たくさん作った煮物や、スープ、カレーの鍋の中で増えます。鍋の中が40～50℃くらいの状態（作った後冷めていく途中です）が一番好き♡一気にドバツと仲間を増やします。鍋いっぱい料理を作った時はできるだけ早く冷ましましょう。そして、温めるときは鍋の底に酸素を送り込むようにしっかりかき混ぜてください。ゆっくり、しっかり、じっくりと温めるのがポイントです。これは「ボツリヌス菌」も同じです。



これから暑くなる時期です。食中毒はある程度、自分で防ぐことができます。敵をよく知ることが防衛の近道です。機会があればまた「敵」の事を発信していきたいと思います。体調に気を付けてお過ごしください。

公衆保健協会 検査室

