

2015

家庭最新資料

第13号

2015年6月12日現在

INDEX

●表紙	目次..... p. 1
●特集	豚の肉・内臓の生食提供禁止 p. 2
●用語解説	私たちの生活を振り返るためのキーワード..... p. 3 子どもの誤飲事故, スマイルケア食
●Recipe	30分でできる夏レシピ..... p. 4 ・ピーマンの肉詰め ・いんげんのごまあえ



● 豚を生食するリスク ●

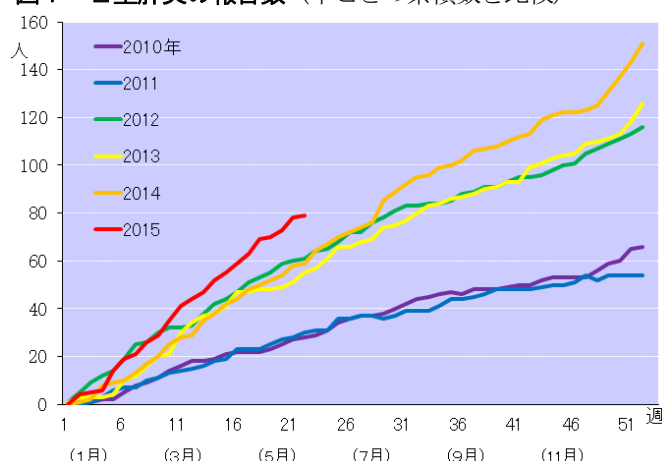
2015年6月2日、厚生労働省は、食品、添加物の新たな規格基準を公表した。これを受けて、同月12日から飲食店等で豚の食肉（内臓を含む）を生食用に提供することが禁じられた。これによって、飲食店で提供される豚の食肉・内臓は、牛の肝臓と同様、中心部まで十分に火を通すことが義務付けられたのである。

ここに至るまでには、2011年4月に発生した集団食中毒を受け、翌2012年7月に牛の肝臓（レバー）を飲食店で生食用に提供することを禁じた経緯がある。その後、「牛レバ刺し」の代わりに「豚レバ刺し」などを提供する実態が確認された。しかし、豚の食肉・内臓には、E型肝炎ウイルス（HEV）やサルモネラ属菌・寄生虫が含まれていることがあり、特に、乳幼児や高齢者など抵抗力の弱い人は注意が必要である。なお、HEVや寄生虫は内部汚染のため、新鮮であっても安全とはいえず、感染や食中毒の対策としては、その鮮度に関わらず内部まで加熱する以外にない。

● 豚以外の食肉への対応 ●

今回の規格基準で、豚以外は明確な禁止対象にはなっていないが、イノシシやシカなどの野生鳥獣の食肉について、HEVや食中毒菌・寄生虫が検出されていることから、それらを飲食に供する際には、十分な加熱が必要であるとしている。

図1 E型肝炎の報告数（年ごとの累積数を比較）



（国立感染症研究所『感染症発生動向調査週報』）

表1 生食にかかる食肉の種類ごとの対応方針

食肉等	主な食中毒原因微生物	飲食店等による提供実態	食中毒発生を低減する方法	公衆衛生上のリスクの大きさ	対応方針
豚 (食肉、内臓)	<u>E型肝炎ウイルス</u> サルモネラ属菌	ある	—	高 ※内部が汚染	⇒ <u>法的に生食用としての提供を禁止（中心部加熱を義務づけ）</u> (E型肝炎ウイルスに加えて寄生虫による危害も考えられ、内部までの加熱が必要)
牛 (肝臓以外の内臓)	<u>腸管出血性大腸菌</u> サルモネラ属菌	ある	一般的に湯引き処理等がされている ※食肉、肝臓は既に規制あり	高 ※表面が汚染	⇒ <u>研究を実施しリスクに応じた対応策を検討</u> (病原微生物の浸潤がどこまで起こるか研究を行い、結果に基づいて衛生管理方法を検討する)
羊・山羊、 鹿、猪 その他 野生鳥獣	<u>E型肝炎ウイルス</u> サルモネラ属菌等 (保有状況等のデータは少ないものの、食中毒原因となり得る病原体として考えられるもの)	少ない	—	生食のリスクは高いが流通量は少ない	⇒ <u>生食すべきではない旨を改めて指導・周知徹底</u> (流通は限定的で公衆衛生全体に与える影響は潜在的だが、生食のリスクは高いと考えられる。)
鶏 (食肉、内臓)	サルモネラ属菌 カンピロバクター	多い	一部の自治体で対策を講じている	中	⇒ <u>今後、具体的な対応策を検討</u> (鶏については、一部自治体における取組や現在行われている研究結果を踏まえ、具体的な対応策を検討する。馬については、検討対象とすべき危害要因も含め、対応策を検討する。さらに、既存の規制以外の手法についても検討する。)
馬 (肝臓以外の内臓)	サルモネラ属菌 (保有状況等のデータは少ないものの、食中毒原因となり得る病原体として考えられるもの)	多い	食肉、肝臓について衛生基準がある	低	

（厚生労働省資料による、2014年6月）

●子どもの誤飲事故

誤飲とは、食べ物以外のものを飲み込むことをさす。家庭における誤飲事故の実態については、厚生労働省が「家庭用品等に係る健康被害病院モニター報告」を毎年まとめ・公表している。

2015年3月31日に公表された2013年度の報告によると、小児の誤飲事故の内訳において、「医薬品・医薬部外品」がもっとも多く、2番目は「タバコ」であった。1979年度にこの報告制度が開始されて以来、「タバコ」が1位でないのは、今回が初めてのことだという(表2)。

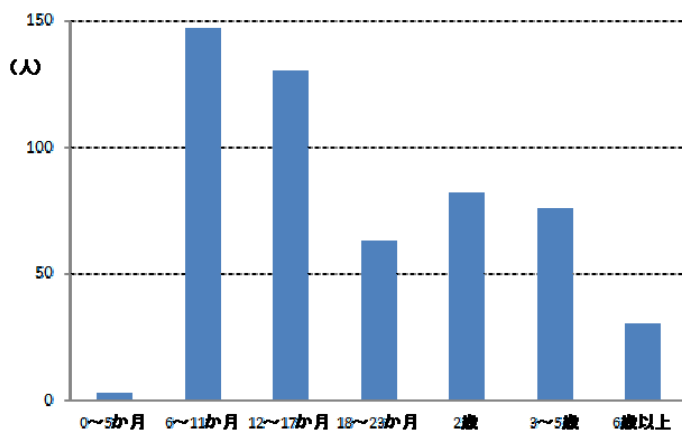
また、年齢別にみると、6～11か月が最多（147）で、12～17か月が次に多く（130）なっており、例年と同様の結果となった（図2）。乳幼児のいる家庭では、彼らの目につくところや手の届く範囲に、その口に入る大きさのものは置かないように気をつけたい。

表2 近年の誤飲事故のおもな内訳の推移

(年度)	2008	2009	2010	2011	2012	2013
タバコ	159	131	130	105	99	94
医薬品・ 医薬部外品	86	72	64	73	57	96
プラスチック製品	25	22	25	32	40	60
玩具	37	22	34	22	33	51
金属製品	22	38	22	22	36	50
その他	307	266	232	199	219	74
合計	477	420	377	348	385	531

図2 子どもの誤飲事故，月齢・年齢別の報告数

(2013年度)



厚生労働省「家庭用品に係る健康被害病院モニター報告」

●スマイルケア食

高齢者の中には、きちんと食事をとらないことから、エネルギーやタンパク質などが不足して、「低栄養」状態になってしまうことが見られる。その症状は、体重の減少・食欲減退・倦怠感・歩行困難などである。

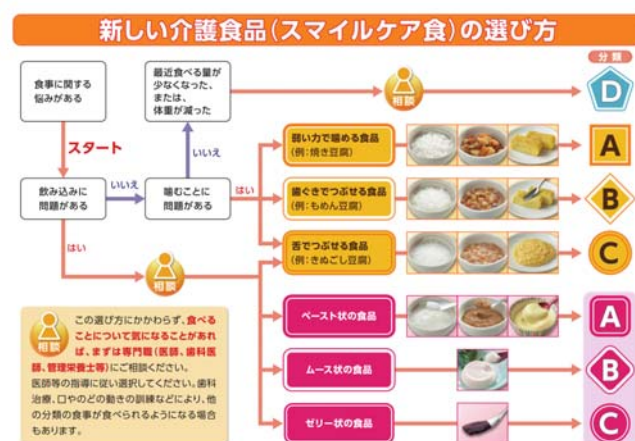
これに対し、農林水産省は低栄養の改善や噛むこと飲み込むことに配慮した「新しい介護食品」の普及を推進しており、2014年11月には公募によって愛称を「スマイルケア食」に決定し（図3）、あわせて小売店等で商品を選択する際に活用できる早見表「新しい介護食品（スマイルケア食）の選び方」を公表した（図4）。

自分の状態に合ったスマイルケア食を選択するためには、専門職（医師・歯科医師・管理栄養士など）に相談することが大切である。「新しい介護食品（スマイルケア食）の選び方」が病院・介護施設・店頭等のあらゆる場の共通言語として利用されるよう、環境整備に向けた検討が引き続き行われている。

図3 スマイルケア食
普及推進ロゴマーク



図4 新しい介護食品(スマイルケア食)の選び方



ピーマンの肉詰め いんげんのごまあえ

30分で作れる
夏レシピ

ピーマン

分類：ナス科トウガラシ属

熱帯アメリカ原産。日本では甘味種の中果種以上の大きさのものをピーマンと呼ぶ。肉厚でつやとハリがあるもの、へたが黒ずんでいないものがよい。ピーマンのビタミンCは加熱しても損失が少ない。炒め物のほか、刻んでサラダなどに用いられる。

● ピーマンの肉詰め



材料	(4人前)
ピーマン	4個
小麦粉	大さじ2
豚ひき肉	150g
たまねぎ	1/2個
パン粉	大さじ3
卵(といたもの)	1/2個
塩	小さじ1/4
こしょう	少々
油	大さじ2
トマトケチャップ	適量

❖ 作り方 ❖

- ① ピーマンはたて半分に切り、種を除く。たまねぎはみじん切りにする。
- ② ボールにひき肉、卵、パン粉、塩、こしょうを合わせてよく混ぜる。8等分にする。
- ③ ピーマンの内側に小麦粉を茶こしてふって、②の具を詰める。
- ④ フライパンに油を熱し、肉の部分を下にして焼く。焼き色がついたら裏返し、中まで火をとおす。
- ⑤ 皿に盛り、ケチャップを添える。

さやいんげん

分類：マメ科インゲンマメ属

原産は中南米で、日本には17世紀ごろ伝来。いんげんまめの未熟な若さを食用とする。さやにハリがあり、色つやのよいものが新鮮。鮮度が落ちやすいので、早めに調理をする。細切りにして汁物の青み、肉料理の付け合わせにも用いられる。

● いんげんのごまあえ



材料	(4人前)
さやいんげん	200g
すりごま(白)	大さじ3
砂糖	小さじ1
しょうゆ	小さじ2
だし	大さじ1

❖ 作り方 ❖

- ① さやいんげんは筋を取り、なべにたっぷりと沸いた熱湯に塩(分量外)を入れ、2〜3分、色鮮やかになるまでゆでる。冷水に入れ、水けをよく切り、3cmの長さに切る。
- ② すりごま、砂糖、しょうゆ、だしを入れて混ぜ、あえ衣をつくる。
- ③ ①のさやいんげんを②のあえ衣とまんべんなくあえる。