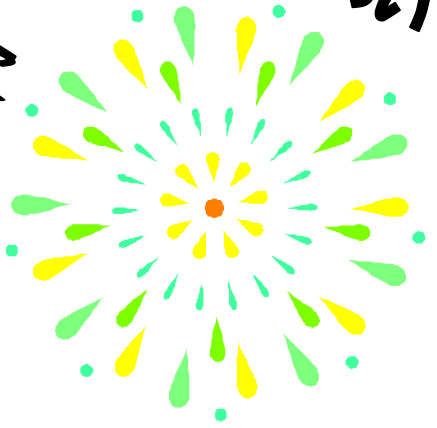
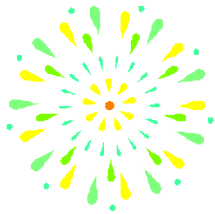
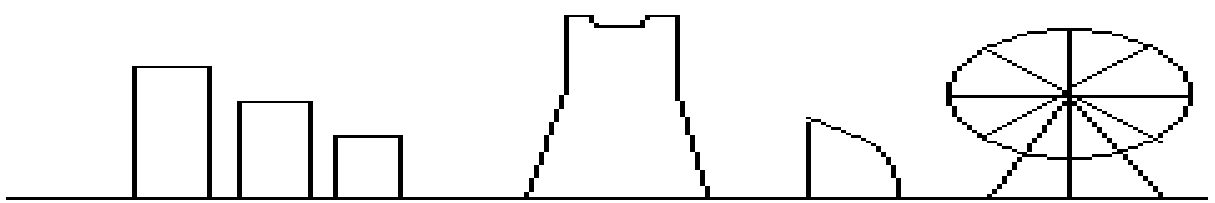


特集1 **食中毒**  
夏本番！食材別の注意点を絡めさらい！

特集2 クワッチイサビラ  
**素麺干キャンプル〜**



**旬！食べ隊！**  
**対決列島！おにぎり甲子園**



**SAQP News**

2006 夏号

2006年6月1日 編集/発行  
品質管理向上協同組合 横浜分析センター  
〒222-0032 横浜市港北区大豆戸町126  
TEL 045-540-1021 FAX 045-540-1031

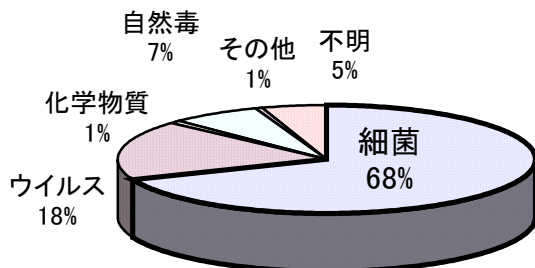
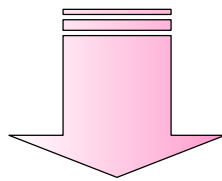
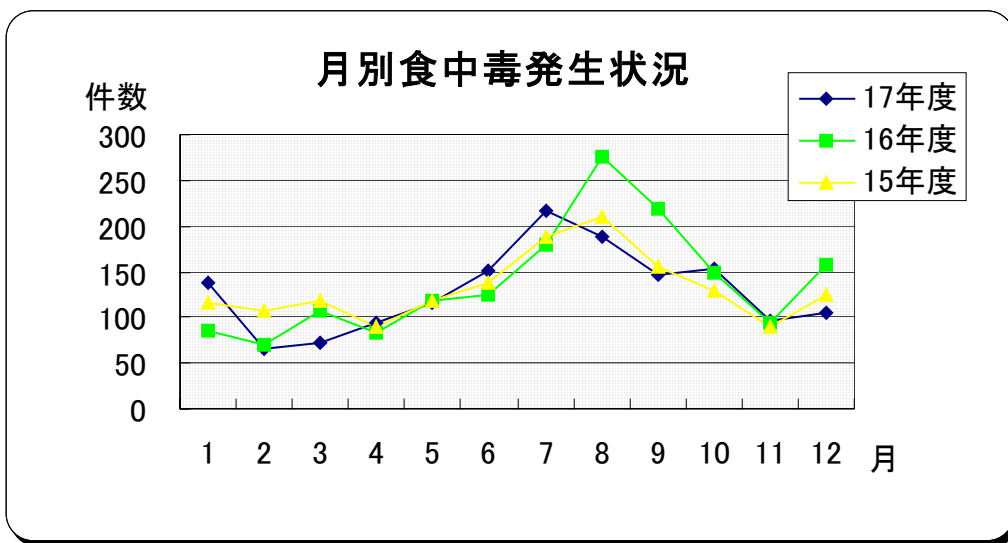
# 食中毒

6～10月は細菌性食中毒の最も多い季節です。

日本の夏は高温多湿なので、他の季節より細菌が繁殖しやすいのです。

シーズン到来の前に、調理上・取扱上の注意点を食品別に確認しておきましょう。

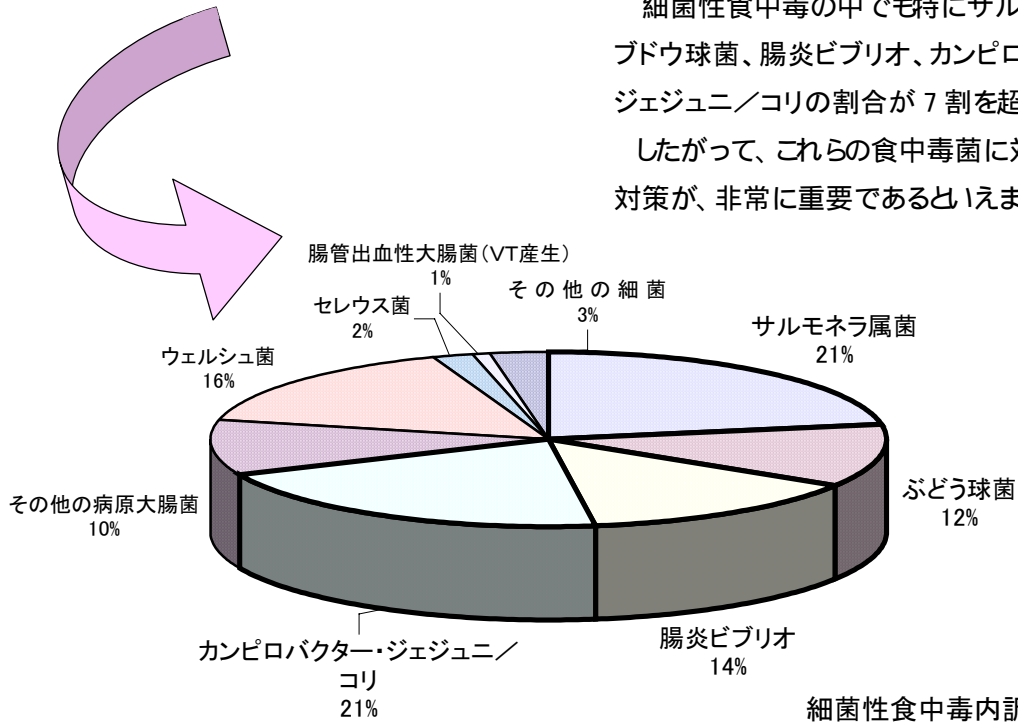
(以下データはすべて「厚生労働省 食中毒・食品監視関連情報」より引用、



食中毒の主な原因として、細菌によるものが7割近くを占めています。

細菌性食中毒の中でも特にサルモネラ属菌、ブドウ球菌、腸炎ビブリオ、カンピロバクター・ジェジュニ／コリの割合が7割を超えています。

したがって、これらの食中毒菌に対する予防対策が、非常に重要であるといえます。



これら食中毒菌はそれぞれ違った特徴をもっていて、人間と同じように、住むところ、食べるものの好みが多様です。

どんな菌がどんな環境(食材)を好むのかを知ること、目に見えないはずの食中毒菌がぐっと身近に感じられるはず。菌の存在を意識しながら調理することは、食中毒対策をする上での基本となります。

それでは、食材別の要注意食中毒菌と、その対策を見ていくことにしましょう

**凡例** <食品名>

- ① 主な病因物質
- ② 分布
- ③ 予防法



### <卵類とその加工品>

- ① サルモネラ属菌
- ② 家畜・ペットなどの腸管内、自然界
- ③ 鮮度の高いものを選び、早く食べる  
加熱処理



### < 獣鳥肉類とその加工品 >

- ① サルモネラ属菌  
カンピロバクター
- ② 家畜・ペットなどの腸管内、自然界
- ③ 冷蔵保存→菌の増殖阻止  
加熱処理→菌の死滅

### < 野菜とその加工品 >

- ①② 多種
- ③ よく洗う  
魚介類や肉類からの二次汚染防止

### < 穀類とその加工品(弁当など含む) >

- ① 黄色ブドウ球菌
- ② ヒト・動物の皮膚や粘膜
- ③ 食品取扱者の手指などの清潔  
加熱処理→増菌防止  
(ただし毒素は耐熱性 \*次項参照)

### < 魚介類とその加工品 >

- ① 腸炎ビブリオ
- ② 海水
- ③ 魚の表面を真水でよく洗う



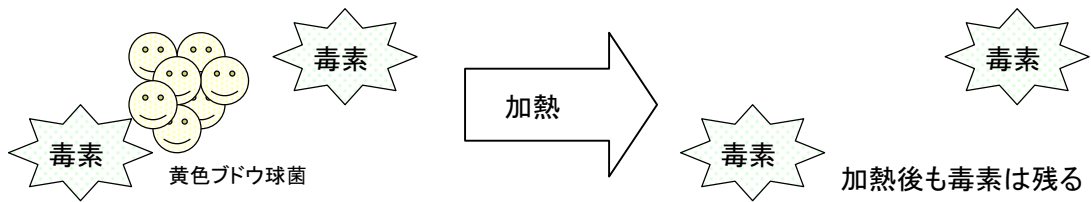
## 耐熱性毒素とは？

「火を通した 菌が死んだ 安全」と考えていませんか？

注意してください！ そうとは言い切れません。今回取り上げた中では黄色ブドウ球菌の例のように、加熱しただけでは安全とはいえないものもあるのです。

黄色ブドウ球菌の食中毒の原因は菌そのものではなく、産生される毒素にあります。この毒素は加熱しても壊れず残るため、たとえ菌を殺すことができても、産生された毒素が残っていれば、食中毒を起こしてしまう危険性があるということです。

したがって、黄色ブドウ球菌食中毒を予防するには、スタートの時点で菌を混入させないこと すなわち手指の清潔が大切だということになるのです。



## 予防対策

原因菌の種類や食品の性質により細かい点は異なりますが、細菌性食中毒予防対策として次の3つが挙げられます。

### 汚染防止

材料の洗浄  
調理器具や取扱者を介しての二次汚染防止

### 加熱殺菌

菌の死滅  
(ただし完全ではないこと、加熱に効果のない毒素(黄色ブドウ球菌)や芽胞(ボツリヌス菌)もあることに注意！)

### 増殖防止

原材料から製造、運搬、保存、消費者のお口に入るまで、それぞれの過程、それぞれの食品に合った温度管理

細菌性食中毒は臭いや味によって判断できないため、気付かないうちに事故にまで至ってしまうことがあります。したがって、食品を原材料の時点から「清潔」に扱い、「適切な温度管理」のもとで「迅速」に処理し、予防することが大切です。

夏の定番・素麺。

でも、素麺だけでは飽きたり、栄養バランスが気になったり…。

そんな時は『素麺チャンプルー』がおすすめ。

「チャンプルーは何でも入れて混ぜればいいさ〜」(沖縄在住 担当Kの祖母)と言う通り、作り方はとっても簡単！素麺だけではなく、他の材料でもチャンプルーは出来ます。

沖縄料理で夏気分。

是非チャレンジしてみてください。

特集  
2

クワッチィサピラ(沖縄の方言:いただきます)

## 素麺チャンプルー〜

### チャンプルーの色々

- |             |   |
|-------------|---|
| ゴーヤーチャンプルー  | ご存知、代表的なチャンプルー。<br>ゴーヤーをメインに、豆腐や野菜などを炒める。               |
| タマナーチャンプルー  | タマナーとはキャベツのこと。<br>キャベツ中心のチャンプルー。                        |
| パパイヤチャンプルー  | 青いパパイヤを千切りにしてあく抜きし、<br>チャンプルーにしたもの。                     |
| ナーベラーチャンプルー | ナーベラーとはヘチマのこと。  |
| 豆腐チャンプルー    | 豆腐中心のチャンプルー。<br>沖縄の島豆腐は木綿豆腐よりも水分が<br>少なく固いので、炒めても崩れにくい。 |

## 材料(2人分)

素麺 3束  
ツナの缶詰(油も一緒に) 1/2缶  
豚肉 3枚  
にんじん 1/2本  
たまねぎ 1/2個  
長ねぎ 適量  
醤油・だしの素・塩 適宜  
油



野菜は何でも OK です。

## 作り方

- ① 素麺は固めに茹でます。
- ② 野菜・肉を熱したフライパンに油をひいて炒めます。
- ③ ツナ缶を入れます。
- ④ 醤油・だしの素・塩で味付け。醤油は材料が薄く色付く程度で。味はお好みで。
- ⑤ ④に素麺を加え、炒めます。
- ⑥ 長ねぎをちらしたら、出来上がり。

## 要点



①麺は後で炒めるので固めに茹でてください。水をきりすぎないように。炒めるとき味がからみやすくなります。

②各家庭で材料はさまざまですが、ツナ缶は高確率で入っています。油も一緒に加えてください。美味です。



## 感想

K: 素麺を炒めるのは、初めてですか？

I: 初めて。不思議な感じですね。

K: 結構、食べやすい味だと思いませんか？

I: ビーフンみたい。これなら野菜も食べられて良いかも。

K: 作りやすいし、素麺はお中元などで貰うことが多いから、素麺チャンプルーはお勧めですね。

担当: K

伝統の一球！

## 富山県代表 とろろ昆布

海苔の代わりにとろろ昆布を巻いたおにぎり。今ではメジャーな一品になったが、ここ富山が発祥の地なのだ。

富山は昆布の消費量が日本一！その起源は江戸時代にまでさかのぼり、昆布の産地北海道と富山とを結ぶ「北前船」から始まったという。明治時代には富山からの出稼ぎもあり、引き続いて交流が盛んに行われていたことで、昆布人気が絶えなかったようだ。



スローカーブで手堅く打ち取れ！

## 兵庫県代表



## いかなごのくぎ煮

地方によっては かなぎ、こうなご、めろうど、しやしらなご、ずぶどおし、かますご などと呼ばれる。

明石、淡路近海のいかなごは特に上質で、くぎ煮や釜揚げ、ちりめんにして食される。他に名産として名高い明石鯛や明石蛸も、みんないかなごを食べて育つのだ。いかなご偉大なり。



海外からの助っ人登場！

## 沖縄県代表 オニポー

オニポー？聞いたことのない人が多いだろう。オニポーとは「おにぎりポーク」の略である。

沖縄で「ポーク」といえば、通常の豚肉とは区別して「ポークランチョンミート」という外国製缶詰のことを指す。コンビーフの豚肉版ともいえるこのポークに玉子焼きをプラスさせ、おにぎりにはさんだものがオニポーなのだ。

県民は、ポークを味噌汁に入れたりもする。まさに、米軍と共に歴史を歩んできた沖縄を象徴するおにぎりといえよう。



対決列島！  
おにぎり  
甲子園



高校球児たちが故郷の期待を一身に背負って熱戦を繰り広げる甲子園。

私たちも地元を代表するおにぎりを片手に、エールを送ることにしよう。

# 旬！食べ隊！



食欲をそそるピリ辛豪速球！

## 福岡県代表 明太子

定番中の定番、明太子。もともとは韓国で庶民の味、塩辛の一種として親しまれていた。日本では戦後、福岡・中洲の地で「ふくや」創業者の川原俊夫氏により、始めて販売された。彼が製法特許を取らずにあえて博多の同業者に教えたため、明太子は福岡の名物として定着したという。



ここで出すか!?変化球

## 北海道代表 甘納豆赤飯

赤飯には小豆が入っているのがオーソドックスなものであるが、北の大地・北海道ではなんと甘納豆を使う。

あらかじめ混ぜ込んで炊くと、甘納豆の甘みがほんのりとごはんに移っておいしいのだが、豆がつぶれて見た目が悪くなるので、別炊きにすることもある。また、甘納豆では小豆のように赤色が付かないので、食紅を入れて炊く。ごま塩をふるのは共通のようだ。



いざ！直球勝負！

## 茨城県代表 梅紫蘇

おにぎりに欠かせない具材といえば、やっぱり梅！産地としては紀州が有名であるが、ここ茨城も忘れてはならない。納豆だけではないのだ。

梅紫蘇おにぎりは中に梅干しが入っているだけでなく、ごはん全体に紫蘇がまぶしてあるのが特徴。味覚だけでなく視覚、嗅覚でも楽しめるのだ。いい香り！



おにぎり界のエース！

## 愛知県代表 天むす

日本の中心に位置しながら、いろいろ、味噌煮込みうどん、小倉トーストなど個性的な食文化を発展させてきた愛知県。おにぎりにおいても例外でなく、「天むす」という唯一無二の品を誕生させ、全国区にまで育て上げた。

海老の尾がはみ出すように包まれたそのおにぎりは、愛知県らしい豪華な様相である。



The Cooperative Society  
for the Advancement of Quality Programs

**品質管理向上協同組合**

厚生労働省・農林水産省関東農政局認可