

発行者 葛飾区保健所生活衛生課 食品衛生担当係（食の安全安心推進会議事務局）
発行日 令和4年8月1日 問合せ03-3602-1242

裏面 屋外・屋内での
マスク着用について

カレーの食中毒に要注意！

鍋いっぱい作ったカレーなど、残ったときにどのように保存していますか？
鍋ごとコンロに置いたまま保存…という方も多いのではないのでしょうか。
常温で鍋ごと保存をすると、食中毒を起こしてしまう可能性があります。
今回はカレーやシチュー、肉じゃがなどが原因で起こる食中毒菌である、ウェルシュ菌の食中毒から家族を守るポイントをご紹介します。



ウェルシュ菌

環境中に存在する菌であり、熱に強い芽胞を形成するため、高温でも死滅せず、生き残ります。そのため、食品を大釜で調理するとほかの菌は死滅しますが、ウェルシュ菌は生き残ります。また、食品の中心部は空気に触れないため、酸素を嫌うウェルシュ菌にとって好ましい状態になり、食品の温度が発育に適した温度まで下がると発芽して、一気に増殖を始めます。食品の中で増殖したウェルシュ菌が食品とともに体内に入ると、小腸内で増殖して、毒素が算出され、その毒素によって下痢などの症状を引き起こします。

ウェルシュ菌の食中毒を防ぐために…

POINT① 調理したものは、できるだけ早く食べきるようにしましょう。

POINT② 残った食品を保存するときは、浅い容器に小分けにして素早く確実に冷やしましょう。

POINT③ 前日に加熱調理した食品は、冷蔵保存したもので、使用時によくかき混ぜながら、十分な再加熱を行いましょ。

食中毒予防の3原則

食中毒予防の3原則を守って、食中毒を防ぎましょう！

食品に菌を**つけない**…手洗いの徹底、調理器具は使い分けて二次汚染を防ぐ
食品に付着した菌を**増やさない**…適切な温度で保管し、速やかに消費する
食品に付着した菌を**やっつける**…食品をしっかり加熱して菌をやっつける



屋外・屋内でのマスク着用について

- マスク着用は従来同様、基本的な感染防止対策として重要です。一人ひとりの行動が、大切な人と私たちの日常を守ることに繋がります。
- 屋外では、人との距離（2m以上を目安）が確保できる場合や、距離が確保できなくても、会話をほとんど行わない場合は、**マスクを着用する必要はありません。**
- 屋内では、人との距離（2m以上を目安）が確保できて、かつ会話をほとんど行わない場合は、**マスクを着用する必要はありません。**



【屋外】

距離が確保できる

距離が確保できない

会話をする

マスク必要なし



マスク着用推奨



会話をほとんど行わない

マスク必要なし



マスク必要なし



公園での散歩やランニング、サイクリングなど

徒歩や自転車での通勤など、屋外で人とすれ違う場面

【屋内】

距離が確保できる

距離が確保できない

会話をする

マスク着用推奨



マスク着用推奨



会話をほとんど行わない

マスク必要なし



マスク着用推奨



通勤ラッシュ時や人混みの中ではマスクを着用しましょう

高齢の方と会う時や病院に行く時は、マスクを着用しましょう。
体調不良時の出勤・登校・移動はお控えください。



夏場は、熱中症防止の観点から、屋外でマスクの必要のない場面では、マスクを外すことを推奨します。

マスクに関するQ&A

