

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7年7月29日 問合せ 3602-1242

裏面 その個人輸入本当に大丈夫ですか？

多発してます！

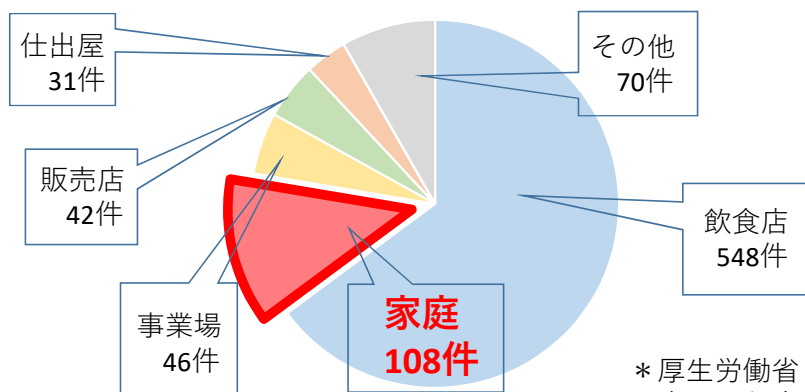
家庭での食中毒にご用心！！



食中毒は、一般的にレストランなどの飲食店での食事が原因と思われがちですが、毎日食べている家庭の食事でも発生しています。

今回は、食中毒から家族を守るために必要な食中毒予防の基本的なポイントをご紹介します。

令和6年 原因施設別食中毒発生状況



* 厚生労働省 食中毒統計資料
令和6年食中毒発生状況

家庭の食中毒
気を付けよう！



食中毒予防の三原則

つけない よく手を洗う。



◆調理前、トイレの後等によく手を洗うようにしましょう！

ふやさない 適切な温度管理を行う。



冷蔵：10℃以下
冷凍：-15℃以下

◆冷蔵や冷凍が必要な食品は、すぐに冷蔵庫や冷凍庫に入leshō!

やっつける 中心部まで十分に加熱する。



◆十分に加熱することで、だいたいの食中毒菌は殺菌することができます。

◆中心部75℃で1分間以上加熱しましょう！

ただし、ノロウイルスは中心部85～90℃で90秒以上加熱しましょう！

その**個人輸入** 本当に大丈夫ですか？



医薬品・サプリの偽造品トラブルが多発！

海外サイトで販売されている医薬品やサプリメントから偽造品が多数見つかっています。安易に使用したことで健康被害を生じるおそれがあるため、個人輸入には注意が必要です。

健康被害事例

平成30年7月、インターネット上で個人輸入した美白効果を謳うクリームを使用したところ、上腕の皮膚に大水疱を伴うアレルギー反応が生じた。
※個人輸入した医薬品の使用により健康被害が生じた場合、患者の救済を図る公的な制度（医薬品副作用被害救済制度）の対象外となります。

知らぬ間に私が法律違反！？

海外製の医薬品やサプリメントの中には中枢神経に作用を及ぼし、日本では輸入・販売・使用等が禁止されている「指定薬物」になっているものがあります。また、これらが名前や形状を変えて販売されている実態も報告されています。「指定薬物」は所持することでも違法になるおそれがあるため、購入には十分注意が必要です。

購入した医薬品は自分だけのもの！

個人輸入した医薬品は自分自身で使用するものです。他人に譲渡することは法律で禁止されています。



被害者にならないために...

個人輸入の危険性（リスク）を理解し、ひとりで判断せず、医師や薬剤師に相談しましょう。

