

食の安全・安心に関する県民アンケート調査へのご回答ありがとうございました。

問5～7では、**健康食品**、**鶏肉の生食**、**ノロウイルス食中毒**について皆様のイメージを確認しましたが、問5については間違った内容も含まれていますので、これを機に正しい知識をご確認ください。

問5 サプリメントなどの**健康食品**について、
どのようなイメージをお持ちですか？



① 食品だから安全 ×

② たくさん摂取するほど効果がある ×

濃縮物には過剰摂取などの問題があります。特定の成分が濃縮されている場合、日常食べている食品でその成分を摂取する場合よりも、身体への作用が強くなり、健康被害を受けやすくなる場合があります。また、天然・自然由来だから安全とは言い切れません。アレルギーの可能性などもよく確認する必要があります。

③ 薬の代わりになる ×

健康食品は、あくまでも食品です。たとえ健康に良いとされる効果が表示されている場合であっても、薬のように、痛みの症状を軽くしたり、病気を治したりする効果が期待できるものではありません。病気の症状があるのに医師による治療の機会を逃すことは、病気の悪化・重篤化につながるため危険です。

④ 広告で多くの体験談が載っているものが良い ×

体験談は個人の感想で、都合の良い部分のみ抜き出して掲載されている場合があります。また、「個人の感想です。」「効果を保証するものではありません。」といった効果の保証を打ち消す文章と一緒に記載すれば、規制を逃れられると誤解している事業者が、根拠なく広告を行っている場合があるので注意しましょう。

⑤ 薬のような治療効果は期待できない ○

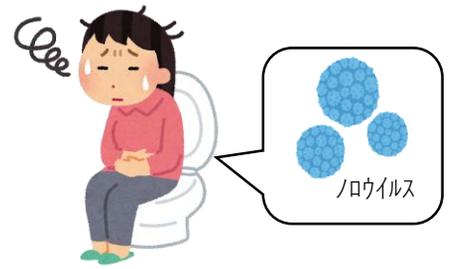
上記のとおりです。健康維持の基本は「栄養バランスの取れた食事、適度な運動、十分な休養」です。この3つに代わる健康食品はありません。

⑥ 薬と併用すると健康に良く、病気が早く治る ×

医薬品とおなじ成分を二重に取ることになる場合や、医薬品の作用を邪魔する成分を取るようになる場合があります。薬と併用する場合は必ず医師、薬剤師に相談してください。



問6 ノロウイルス食中毒について、どのようなイメージをお持ちですか？



① この食中毒は冬期だけでなく年中発生する

冬に多発しますが、年間を通して発生しています。

② ノロウイルスに汚染された調理器具等の消毒には、アルコール消毒はあまり効果がない

次亜塩素酸ナトリウムによる消毒が最も有効です。

③ 下痢症状が治まっても、1カ月程度ノロウイルスの発生が続くことがある

症状が治まってからも、しばらくは糞便中にウイルスが排泄されるので、用便後の衛生的な手洗いが重要です。

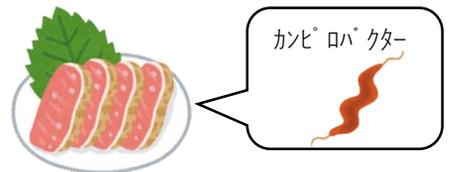
④ ノロウイルスに感染した食品取扱者が食中毒の原因となるケースが多い

ノロウイルス食中毒のほとんどが、調理従事者の手指を介して食品を汚染することで発生しています。

問7 鶏肉の生食について、どのようなイメージをお持ちですか？

① 新鮮なものでも食中毒になる危険性がある

「『新鮮だから安全』ではありません!!」をご参照下さい。



② 飲食店で出された鶏肉の刺身やたたきでも食中毒事件が発生している

③ たたきのように表面を焼いても安全ではない

鶏肉の刺身やたたきが原因の食中毒事件が多数報告されています。中心部までよく加熱された鶏肉料理を選びましょう。

④ 市販されている鶏肉から高い割合で食中毒菌（カンピロバクター）が検出されている

現在、食鳥処理の技術ではこれらの食中毒菌を100%除去することは困難であり、鶏肉や内臓からカンピロバクターが高頻度で検出されます。食中毒予防の観点から、生や十分に加熱されていない鶏肉を食べないように、また、食べさせないようにしましょう。

参考：『新鮮だから安全』ではありません!!（厚生労働省）

