

フグ毒にご注意を！

Q子：忘年会の季節ですね！お店を予約しないと！博士は何が食べたいですか？

博士：わしは、久しぶりにふぐ鍋が食べたいのお〜。

Q子：いいですね！でもふぐ料理は高いから、自分達で釣って、さばいて食べれば・・・

博士：Q子、それは危険じゃ！

Q子：え・・・どうしてですか？

Q子。助手。
いつも前向き。



博士。
マイペース型。



ネコ。
しゃべれる。

危険！フグの毒は猛毒です

参考：東京都保健医療局 ふぐとふぐ毒

博士：実は、フグには“テトロドトキシン”という猛毒があって、種類によっては、よく食べられている筋肉にも毒があることがある。

Q子：猛毒！？

博士：フグの毒（テトロドトキシン）は、青酸カリの500～1000倍の毒性を示す猛毒なんじゃ。



テトロドトキシンの特徴

- ・青酸カリの500～1000倍の毒性を示す猛毒
- ・食べると体がしびれるなどの症状が出て、ひどいときには呼吸ができなくなり死亡する。
- ・食べてから死亡するまでの致死時間は4～6時間。
- ・他の食中毒と比較して、致死率（患者数のうちの死者数の割合）が高い
- ・耐熱性があるため、通常の加熱調理では壊れない。



素人のフグ調理は危険です！

参考：厚生労働省ホームページ 自然毒のリスクプロファイル

Q子：でも、猛毒があるのにどうしてフグを食べることができるんですか？

博士：理由の1つは、安全に食べることができる種類、その部位、漁獲海域が決められていることじゃ。

Q子：じゃあ、フグの種類と食べる部位に気をつければ、安全に食べられるということですね！

博士：ただし、フグは外見が似ているものが多く、フグの種類によって有毒な部位が異なるから、素人が種類を判別することや調理をすることは、とても危険なんじゃ。

せっかくの機会じゃから、似ている種類のフグを見てみようかの！

ナシフグ					
食用の可否					
肝臓	卵巣	精巣	皮	筋肉	腸
×	×	×	×	×	×

ショウサイフグ					
食用の可否					
肝臓	卵巣	精巣	皮	筋肉	腸
×	×	○	×	○	×



Q子：これ、違う種類のフグなんですか！？自分で見分けるのは難しいな・・・

博士：外見がとてもよく似ているだけでなく、有毒な部位が違うんじゃ。フグの処理には、種類に加え、臓器の種類を見分けたうえで、適切に調理する技術が必要じゃから、特別な資格を持った人だけがフグを処理するように決められておるんじゃ。フグのことをよく知らず、毒のある部分をきちんと取り除くことができない人が調理したら、危険じゃからな！

フグ毒による事件発生状況（全国）

参考：厚生労働省ホームページ

Q子：フグの毒による食中毒って、たくさんあるんですか？

博士：右のグラフに過去5年のフグ毒による事件数をまとめたとぞ。
事件数は1年に10～20件、患者数は11～26人じゃが、R1、R2、R4には、死者が1人ずつ出ておる。
フグによる食中毒は、他の食中毒に比べ致死率（患者数のうちの死者数の割合）が高いんじゃ。

Q子：猛毒ですもんね・・・

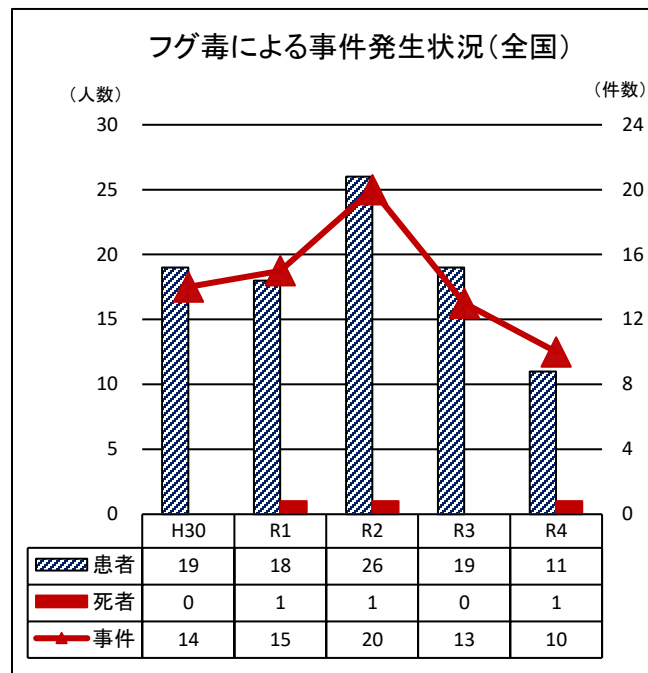
博士：うむ。事件の多くは、素人が釣ったフグ等を十分な知識のないまま調理したことにより起こっておる。

Q子：私がフグを釣ってさばいて食べるのは危険だから、特別な資格を持っているお店で、ふく鍋を食べるのが安心ですね！

博士！忘年会に、このお店はどうですか？

博士：このお店は良いのお。ここのお店はちょっと高いから、しっかり会費を集めるからのお。

Q子：え～博士のおごりじゃないんですかあ～！



通信販売で違法に未処理のふぐが販売された事例もあるよ。通信販売等で未処理のフグを意図せず購入してしまった場合は、調理、喫食せずに管轄の保健所へ連絡するんだニャ～。



年末年始は餅の窒息事故に気を付けよう！

Q子：もうすぐお正月ですね♪お正月はお雑煮を食べるのが楽しみだな～。

博士：餅をのどに詰まらせて救急搬送されるケースもあるから、食べるときには注意が必要なんじゃ。

Q子：博士は、大袈裟ですよ～。

博士：大袈裟ではないぞ！特に、高齢者は、歯の機能が衰えて、噛む力が弱くなり食べ物を噛み砕いて小さくすることが難しく、のどに詰まる危険性が高いんじゃ。また、唾液の分泌量も減っているから、飲み込む力が弱くなっていることも、のどに詰まりやすい原因じゃな。今日はお餅を安全に食べるための注意事項を紹介するぞ。



point 1

餅は小さく切る

高齢者が食べる餅は、調理の段階であらかじめ食べやすい大きさに、小さく切っておきましょう。

point 2

先にお茶や汁物を飲んで喉を潤す

唾液の分泌量が少なくなる高齢者は、餅を食べる前に、先にお茶や汁物などを飲んで、喉を潤しておきましょう。ただし、餅がうまく飲み込めないときに、お茶などで無理やり流し込もうとするのは危険です。お茶や汁物は、あくまでも唾液の補助と考えましょう。



point 3

餅はよく噛んで唾液とよく混ぜ合わせてから飲み込む

餅を食べるときは、少量ずつ口に入れ、よく噛んで食べましょう。

よく噛むことによって、唾液の分泌も促され、餅と唾液がよく混ざり合うようになり、スムーズに飲み込めるようになります。また、1回口に入れた餅を全て飲み込んでから、次の餅を口に入れるようにしましょう。