

安心して生卵を食べられる国



食品安全委員会
委員長代理

さとう ひろし
佐藤 洋

米国の卵料理

3月下旬に米国出張の機会がありました。ジョージア州のアトランタとアリゾナ州のフェニックスでした。東京を出発したときは冷たい雨でしたが、アトランタに到着するとすっかり春で、宿泊先のホテルの庭では桜が満開でした。アメリカの桜と言うとワシントンD.C.のポトマック川の桜が有名ですが、ここにもあったか何だか嬉しくなりました。

さて、話はホテルの朝食時です。ここではブッフェ方式でしたが、チェーフィングディッシュ：chafing dish（銀色の四角い蓋付きの金属製の鍋、湯煎や固形燃料で料理が冷めないように温めている）に入っていたスクランブルドエッグが堅くて美味しくなさそうでした。ふと見ると奥にはコックさんがいたので、目玉焼きを頼みました。英語では目玉焼きをfried eggsと言うのをご存知と思いますが、手際よく作ってくれるコックさんを見ていると、確かにプライドだなと思わせるものでした。日本だと油をひくという感じでしょうが、油が液体として見えるような量の入ったフライパンに卵を割り入れたのでした。そして途中で、尋ねるまでもなく卵をひっくり返し、両面焼き（英語ではover-easy）にしたのでした。ちなみに日本で普通に見られる片面焼きのものはsunny-side upと呼ばれ、over-easyをsunny-side downと言うこともあるようです。

卵はサルモネラ属の細菌の一種（*Salmonella Enteritidis*：SE）に汚染されていることがあり、その食中毒を防ぐために、卵を十分に加熱して食べることが米国では勧められています。目玉焼きも十分に加熱されるように、片面焼きでなく両面焼

きにしたのでしょうか。

サルモネラ食中毒のリスクは？

ところで日本では、生卵を食べる習慣があります。勤務先近くのお昼を食べに行く先でも、生卵を出し卵かけご飯を勧めている店があり、さらには生卵がはじめからテーブルの上におかれており、好みで卵かけご飯にできる店すらあります。日本では卵を加熱調理せずに食べても大丈夫なのでしょうか？ その答えは“yes”であり“no”でもあります。

鶏卵がSEで汚染される経路は、卵殻表面に付着した糞便等に存在するSEが卵内部に侵入する場合（on egg汚染）と、SEに感染している鶏の卵巣や卵管にいるSEが卵の形成過程で内部に取り込まれる場合（in egg汚染）の二通りとされています。しかし通常の流通過程では、パックに詰められる前に卵殻の洗浄・殺菌が実施されているので、on egg汚染は除去されます。それに対してin egg汚染は、卵内部の汚染なので洗浄・殺菌しても取り除かれません。しかし、もともと鶏が感染しないようにしたり、飼育方法を工夫することによって、SE感染率を下げる努力がされています。

食品安全委員会の食品健康影響評価技術研究で実施された研究では、全国から集めた約10万個の卵でSEに汚染されていたのは3検体（卵20個をプール検体とした）であり、これとは別に2万個の卵からSE汚染が検出されなかったとのデータもあわせて、汚染の確率を0.0029%程度と推定しています。ただし、この10倍の数千個に一個程度と言う推定*もありますが、1990年前後とやや古いデータです。米国

での推定ですが、汚染された卵の菌数は、ほとんどが10以下で100を超えることはないとされています。

最近の新聞記事で、生卵を食べて死亡した患者さんの家族が生産業者を訴えた裁判で「業者に責任有り」の判決が出されたと言う報道（産経2014.4.17朝刊）がありました。我が国においても卵を生で食べることは100%安全というわけではない、つまりリスクがあることを示しています。また、記事では食べるまでに時間がかかってしまったのではないかと推測もされています。

保管や調理を正しく行う

SEに汚染された卵の保管や殻を割ってから食べるまでの時間があると、その間に菌数が増加することが知られています。しかし、正しく温度管理をして保管すれば、6週後も菌数が増えなかったとする接種実験の結果*もあります。したがって、購入する時にしっかり温度管理している店から買い、購入後は冷蔵庫に保管し、賞味期限を過ぎた卵は十分加熱調理してから食べれば、SE食中毒になることはまずないと言えるでしょう。

卵に限らず、食べ物には健康に危害を加える要因が存在します。しかし、正しい取り扱いをして食べることによってそのリスクをほとんど無いと考えられるレベルにまで下げることができます。そういう意味では消費者としても保管や調理を正しく行うことは非常に大切で、そのことによって生卵を安心して食べ続けることができるでしょう。

*食品安全委員会 食品健康影響評価のためのリスクプロファイル～鶏卵中のサルモネラ・エンテリティディス～（改訂版）
http://www.fsc.go.jp/sonota/risk_profile/risk_salmonella.pdf



▼食品の安全性に関する知識・理解を深めていただくために

食の安全ダイヤル 03-6234-1177 受付時間 10:00～17:00（土・日・祝祭日、年末年始を除く）

【Eメール受付】<https://form.cao.go.jp/shokuhin/opinion-0001.html>



食品安全委員会 e-マガジン登録 http://www.fsc.go.jp/sonota/e-mailmagazine/e_new_mailmagazine.html

「食の安全ダイヤル」「e-マガジン登録」は、食品安全委員会のホームページからもアクセスできます。



食品安全委員会ホームページ <http://www.fsc.go.jp/>

食品安全委員会 検索

