

# 危険



**鶏肉** (しバーを含む) **を生や半生で**  
**食べるのはやめましょう**



なぜなら、生の鶏肉や内臓肉には高い割合で「**カンピロバクター**」と呼ばれる菌がついていて、**食中毒を起こす可能性があるから**です。

市販鶏肉から、カンピロバクターが高い割合で見つかっています！

**20%～100%** (※) (※)過去の厚生労働科学研究の結果より

『新鮮だから安全』  
ではありません



加熱していない **刺身**、**ユッケ** や  
中心まで火の通っていない **あぶり**、**たたき** などは、  
カンピロバクターが残っている可能性があります。



生・半生の鶏肉料理を食べると、1～7日後に、

**下痢、腹痛、発熱**などの症状が出ることがあります。  
また、回復後に「**ギラン・バレー症候群**」を発症し、  
手足の麻痺、呼吸困難を起こすこともあります。



**中心が白くなるまでしっかりと加熱された**  
**鶏肉料理を食べるようにしましょう！！**

鶏肉は食生活に欠かせない食材です。おいしく安全に食べましょう！

