



手洗いと手荒れ対策



最近仕事が忙しくて... 手洗いに時間をかけられない日もあるわ。
あと、手も荒れているし...あまり頻繁に手を洗いたくないのよね。

手洗いを怠ると、細菌やウイルスを増殖・伝播させてしまうぞ!!
食品を取り扱う上で必要な「衛生的手洗い」と「手荒れ対策」をしっかり行い、食中毒を
予防していくことが重要じゃ!



押さえて
おきたい!

今回の
ポイント

- ☑ 手に付着した細菌やウイルスを食品につけないために衛生的手洗いを行う
- ☑ 衛生的手洗いの手順は「洗って・拭いて・消毒」
- ☑ 手荒れは食品衛生上の問題になりやすいため予防対策が重要



▶ 衛生的手洗い

手洗いは衛生管理の基本であり、調理従事者は手に付着した細菌やウイルスで食品を汚染し、食中毒を
起こさないために「衛生的手洗い」を行います。「衛生的手洗い」の手順は大量調理施設衛生管理マニュアル
に準じて『①洗って②拭いて③消毒』の手順で行い、一時的に手に付着した微生物を除去します。

手順を守って
しっかり洗おう!



衛生的手洗いの手順

1
洗って

流水と石けんで
しっかり洗う

2度手洗いは「洗って」を2回

2
拭いて

ペーパー
タオルで
水分除去

3
消毒

アルコール
手指消毒剤
をしっかり
すり込む

▶ 手洗いのポイント

手洗いを行うときには、洗浄不十分になりやすい、指先・親指・
指の間・手のしわ・手首などを意識して洗うことが重要です。

また手洗い前には自身
の手を観察し、爪が長くな
いか、指輪や時計などの装
飾品を外し忘れてないか
を確認します。

日頃から爪は短く切り、調
理作業中の装飾品は全て
外すようにしましょう。



手のこう

手のひら

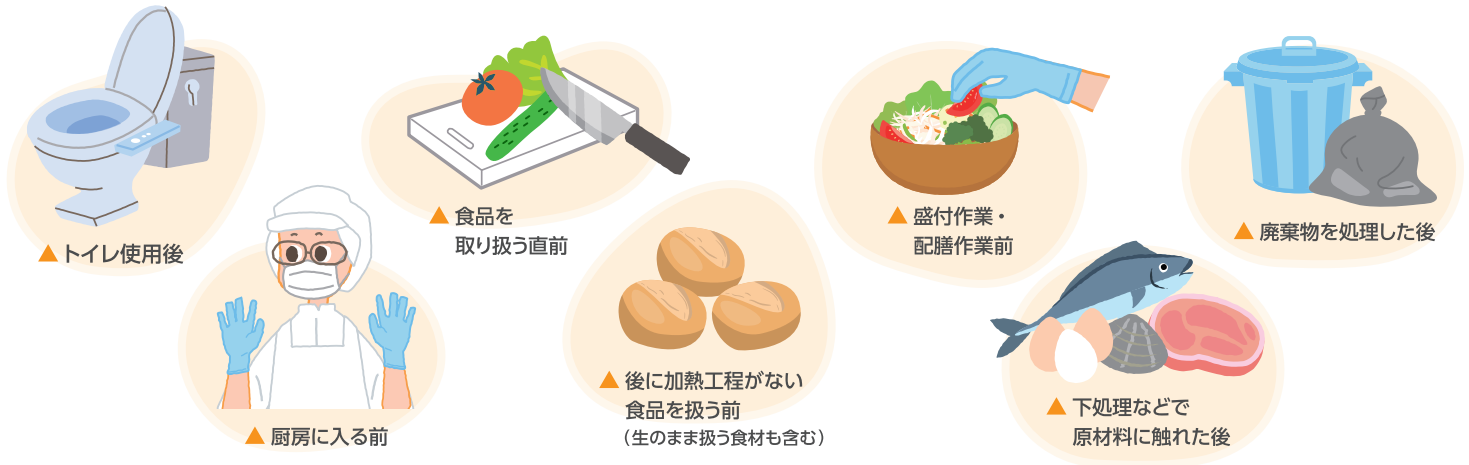
殺菌・消毒 不十分度

- 最も不十分になりやすい部位
- 不十分になることが多い部位
- 不十分になることが少ない部位

参考: Taylor, L., Nursing Times, 74, 54 (1978)

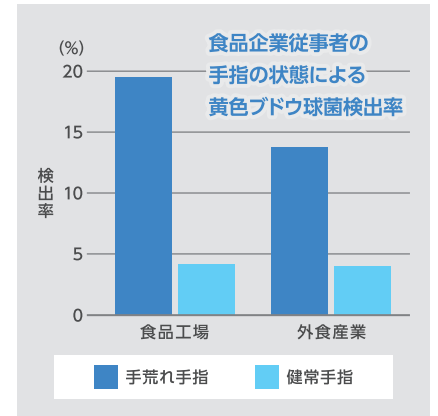
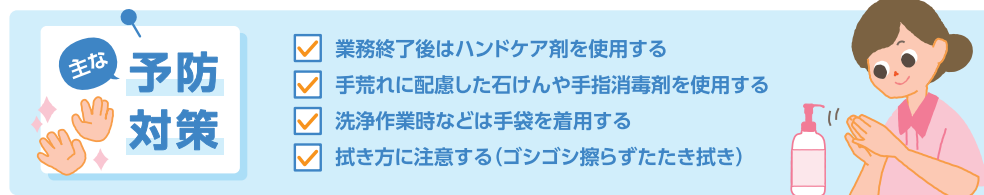
▶ 手洗いのタイミング

食品を汚染させないために、適切なタイミングで手洗いを行うことが重要です。
主なタイミングは「手指が汚染を受けた場合」「二次汚染などを防止するため作業工程が変わるタイミング」「取り扱う食材が変わる時」などです。



▶ 手荒れ対策

皮膚から水分や油分が失われることによって、ひび割れや湿疹などが生じた状態を手荒れと呼びます。手荒れが起こることで、皮膚の表面の凹凸が大きくなり、小さなウイルスの除去が難しくなったり、細菌が定着しやすくなります。右のグラフのように手荒れしている人は手荒れしていない人に比べて、黄色ブドウ球菌の検出率が高いことが分かります。食中毒を予防するためにも、手荒れの予防対策に取り組むことが重要です。また、重度の手荒れの場合は医療機関の受診を推奨します。



西田博：J.Antibact.Antifung.Agents,(1984)12,2,79

商品紹介

500mL
泡ポンプ付減容ボトル

手洗い用石けん (医薬部外品)

ホイップウォッシュ 無香

殺菌剤を配合した、原液で使用する無香料の手洗い用石けんです。
手肌のうるおいを守りながらしっかり洗浄します。

有効成分：イソプロピルメチルフェノール

ハンドケア (化粧品)

サラヤ キッチンローション

配合成分は全て食品添加物で無香料のハンドローションです。

480mL

【参考文献】情報入手日：2025/4/1時点

- サラヤ福祉ナビ 手指衛生 <https://fukushi.saraya.com/infection-control/kihon/handhygiene/>
- Norovirusの代替指標としてFeline Calicivirusを用いた手洗いによるウイルス除去効果の検討.感染症学 2006;80(5):496-500.
- 厚生労働省 大量調理施設衛生管理マニュアル <https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11130500-Shokuhinanzenshu/0000168026.pdf>
- 公益社団法人日本給食サービス協会、公益社団法人日本メディカル給食協会 HACCPの考え方を取り入れた衛生管理のための手引書～委託給食事業者～ 令和3年5月初版 <https://www.mhlw.go.jp/content/11130500/000785726.pdf>
- PRO SARAYA 手洗いの科学 <https://pro.saraya.com/pro-tearai/science/>

ManGo

食品衛生管理のマネジメントシステム

HACCPに沿った衛生管理を正確に・効率的に行うために

マンゴー ManGoで実現しませんか？

- 人手不足 解消
- 医療・福祉施設の厨房向け
- ペーパーレス はんこレス
- 業務効率化