



# 食品衛生基礎

## まるわかり

## ハンドブック

食品衛生の  
常識を知ろう!



45-0122-08-2

## 食品衛生は正しい手洗いから 衛生的手洗いの3ステップ



洗って  
洗い残しの多い指先、指の間、  
親指の周りも忘れずに



ふいて  
清潔なペーパータオルなど  
でよく水気をふき取ります



消毒  
指先を曲げて受け、両手全体  
にすり込みます

ノロウイルス  
対策には

調理従事者は必要なタイミングで  
石けんと流水による手洗いを 2度繰り返す **2度手洗い** を行いましょう

### ！手洗いが不十分になりやすい箇所



色が濃い所ほど、  
洗い残しの  
多い箇所です

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

### ！使い捨て手袋の着用

- 手荒れ・傷がある場合に着用
- 加熱後の食品や加熱せずそのまま提供する食品を扱う時に着用
- 手袋の **使い回し(再着用)はしない**
- 長時間着用せず、**定期的に交換** する



知れば防げる食中毒

## 食中毒予防の3原則

食品に菌がつく

ついた菌が増える

菌の増えた食品を食べる

食中毒発生



1 つけない

清潔

食品に菌をつけないよう  
清潔を心掛けましょう



2 増やさない

迅速/冷却

食品についた菌が増えないよう、**迅速**  
な調理・提供と**冷却**を心掛けましょう



3 やっつける

加熱

食品は中心部が75℃で  
1分以上**加熱**しましょう

要注意

ノロウイルス  
の場合

1 つけない

ノロウイルスが食品につくと(十分に加熱しない限り)食中毒が起こります  
「つけない」調理施設に持ち込まない・拡げないが重要!

2 やっつける

85~90℃で  
90秒間以上  
加熱

! 細菌が増殖する3条件

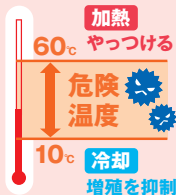


3つの条件がそろい  
「時間」がたつと  
食中毒発生

カンピロバクターや腸管出血性大腸菌などは  
増殖しなくても少量で食中毒を起こすことがある

! 温度と微生物

- 細菌が増えやすい温度(10~60℃)で食品を放置しない
- 加熱調理後に冷却する食品は、**速やかに冷却して**冷蔵保管する



清潔が第一歩

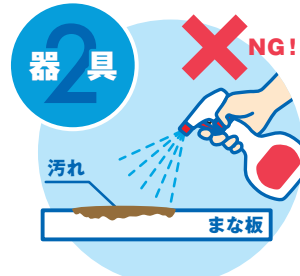
## 衛生管理の3要素



1 作業する人

NG!

- 腕時計・イヤリング・ピアス・ブレスレット・ネックレス・指輪などの**装飾品は外す**
- 髪は帽子や三角巾にしっかり入れる**
- 爪は短く切り**、マニキュアはつけない
- いつも**清潔な作業衣**を身につける

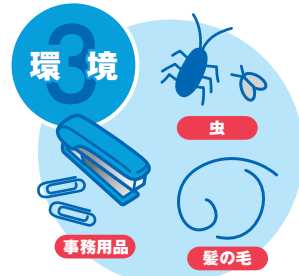


2 器具

NG!

汚れ まな板

汚れがあると邪魔をし  
て殺菌・除菌剤が効果  
を発揮できません  
**洗ってから ▶ 殺菌/除菌**



3 環境

虫  
事務用品  
髪の毛

〈異物混入原因〉

- ハエやゴキブリなどの**虫**
- 髪の毛**
- クリップやホチキスなどの**事務用品**

! 健康管理

- 下痢・嘔吐・腹痛などの症状がある
- 手にやけどなど傷がある
- 家族がノロウイルスに感染した

調理作業に  
従事しない  
ことが原則

健康保菌者発見のため、**定期的**に検便を受けましょう

! 洗浄の3要素



洗剤をかける前に  
**食品カス**を洗い流します

対象物により**適切な洗剤**を  
適量使います

**適切な用具**を用いてこすり  
洗い、汚れをかきだします

ミスなく安全に

# 洗剤等の誤使用事故を防ぐ3要素

## 1 専用容器



小分けは  
専用容器

- 飲料や調味料の空き容器に洗剤を移し替えない
- 小分けする場合は、専用容器を使用する

## 2 定位置保管



- 食品(調味料等)とは明確に区分して、別の場所に保管する

## 3 明示



- ピッチャー等の洗浄や漂白中は、誰が見てもわかるように明示して周知する

### ! 誤使用・誤提供のミス防止

洗剤容器が飲料や調味料と似ていた…  
容器の中身がわからなかった…  
調味料と同じ場所に置いてあった…

似ている!  
間違えやすい!



事故やクレーム発生

### ! 洗剤使用は安全に

保護手袋や  
保護めがね等を着用して  
安全に! (必要に応じて着用)



- アルカリ洗剤や次亜塩素酸ナトリウム液等の使用時
- 高所の洗浄等、液が目に入る恐れがある時
- 洗剤原液の使用時 等

## 食品衛生 用語講座

### 食中毒

食品に起因する胃腸炎、神経障害などの中毒症の総称(分類)

- 細菌性食中毒
- ウイルス性食中毒
- 寄生虫食中毒
- 自然毒食中毒(毒キノコ、フグ毒、かび毒など)
- 化学物質による食中毒
- その他原因不明なもの

### 5S

「整理」「整頓」「清掃」「清潔」「しつけ」の頭文字を取って『5S』と呼ぶ、一般的衛生管理項目の土台。

#### 整理

必要なものと不要なものを明確に分けて、不要なものを処分すること。

#### 整頓

必要なものを必要な時にすぐ使えるよう、管理すること。

#### 清掃

ゴミ、汚れ、異物を取り除き、見た目にきれいな状態に保つこと。

#### 清潔

見た目だけではなく、微生物学的にもきれいであること。

#### しつけ

整理・整頓・清掃・清潔を日常的に心がけ、習慣づけること。

### HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Point)

「危害要因分析・重要管理点」と訳され、一般にハサップと呼ばれる。食品等事業者自らが食中毒菌汚染や異物混入等の危害要因をあらかじめ把握し、製造の全工程のうち危害要因を除去または低減させるために特に重要な工程を管理して、安全性を確保する衛生管理の手法。原則、全ての食品等事業者にHACCPに沿った衛生管理の実施が義務付けられている。

### 食物アレルギー

食品に含まれる特定のアレルギー物質(アレルゲン)を摂取することで生じるアレルギー反応のこと。

じんましんや吐き気等のほかに呼吸困難、血圧低下や意識混濁等を招き、生命にかかわることもある。食物アレルギーをもつ人にとってアレルゲン情報は極めて重要。

### 食品表示

消費者が食品を購入するとき、正しく食品の内容を理解して選び、適正に使用したりするうえでの重要な情報源。

万が一事故が生じた場合には、その責任の追及や製品回収等を迅速かつ的確に行うための手がかりになる。  
例)原材料名、産地、期限、保存方法、アレルゲン 等

用途にあわせて

# サラヤ の衛生用品

## 手洗い石けん液

### シャボネットモイスト

医薬部外品

殺菌・消毒もできる無香料の泡状石けん。手肌にやさしい成分を配合。  
販売名:薬用泡ハンドソープSB(g)



## 速乾性手指消毒剤

### アルペット 手指消毒用 α

指定医薬部外品

食品を取り扱う方の手指消毒に。広範囲のウイルス・細菌に効果的。



## 自動手指洗浄消毒器

### WS-3000F

ノータッチで手指の洗浄・消毒ができ、食中毒や感染対策に効果的な手洗いができます。



## 洗浄・除菌剤

### 除菌イチバン

高い洗浄力と除菌力で調理器具・機械などの洗浄・除菌がこれ1本でできます。



## 中性洗剤

### ヤシノミ洗剤

天然ヤシの実からつくった香料・色素無添加の植物性洗剤。調理器具や、野菜・果物の洗浄に。



## アルコール製剤

### アルペットNV

食品添加物

食品の品質保持や機器類の除菌に。広範囲のウイルス・細菌に効果を発揮。



## 殺菌・漂白剤

### ジアノック

食品添加物殺菌料

次亜塩素酸ナトリウム5~6%。調理器具やふきんの除菌・漂白、野菜の殺菌に。



## 油污れ用洗浄剤

### ヨゴレトレールFⅡ

フライヤーなどの加熱機器、換気扇やフード、床面など食品現場のハードな油污れの洗浄に。

