



# 実行しよう 衛生管理!

食品（加工食品）は、年々多種多様化し、消費者の食品衛生に対する関心もますます高まっています。食品営業者は、衛生的で安全な食品を消費者に提供する義務と責任があります。（食品衛生法第3条）

「安全な食品」を提供するためには、食品を清潔に取扱うことはもちろんですが、施設・設備の衛生面も重要です。

HACCP（ハサップ）に沿った衛生管理が制度化されることが決定しています。

「HACCP」：食品原材料の受入れから最終製品までの工程ごとに、潜在的な危害要因を分析・予測（Hazard Analysis）した上で、危害の発生防止につながる特に重要な管理点（Critical Control Point）を継続的に監視・記録する、工程管理のシステム。

営業者や食品衛生責任者だけでなく、従業員一人ひとりが適切な衛生管理につとめましょう。

## 1 施設設備の衛生管理



施設・設備が不衛生では、どれだけ食品を衛生的に扱っても食品の事故を防ぐことはできません。

食中毒や感染症の原因となる細菌やウイルスを運ぶネズミやゴキブリの駆除も必要です。

### ◆施設・設備の管理

- ①施設内の壁・床・作業台や排水溝等は毎日清掃しましょう。
- ②調理に不必要な物品等を置かないようにしましょう。
- ③手洗い設備には、せっけん、爪ブラシ、ペーパータオル、消毒用アルコール等を備えましょう。

### ◆ネズミ・ゴキブリの駆除

- ①餌になるような食品の残品やゴミ等は、放置せずにすぐにふた付きの容器に入れましょう。廃棄物容器は毎日洗浄しましょう。
- ②施設内は不要物を取り除き、ネズミやゴキブリ等の隠れる場所を作らせないようにしましょう。ダンボールは可能な限り撤去しましょう。
- ③窓や排水口からネズミ、ハエ、ゴキブリ等が侵入しないようにしましょう。施設の出入り口や窓は開放しないようにしましょう。

### ◆使用水の管理

- ①水道水以外の水（井戸水等）を使用している場合、年に一回以上水質検査を受けて水質に問題がないか確認しましょう。
- ②貯水槽は、年一回以上清掃を行い、使用水については遊離残留塩素が0.1mg/l以上であることを毎日確認し、記録をつけましょう。管理記録や水質検査結果は、一年間以上保管してください。



## 2 調理器具・機械等の衛生管理

器具や容器の洗浄・消毒が不十分だと、調理作業中に食材を汚染してしまいます。  
また、冷蔵庫・冷凍庫の適切な管理も必要です。

### ◆調理器具等の洗浄、消毒

- ①まな板、包丁等は、洗い残しがないように十分に洗浄し、煮沸又は薬品消毒後乾燥させて使用しましょう。
- ②ふきんは、多数用意し、煮沸又は薬品消毒後乾燥させて使用しましょう。

#### ●消毒の方法

区 分	温度・濃度	時 間	用 途
煮沸	80℃以上	5分以上	調理器具、 ふきん
塩素系漂白剤 (次亜塩素酸ナトリウム)	200ppm	数分	
消毒用アルコール	70%		調理器具、 手指

### ◆冷蔵庫等の管理

- ①冷蔵庫や冷凍庫の庫内温度は毎日測定しましょう。  
(食品に保存温度の記載がある場合はその温度を超えていないことを確認してください。)
- ②冷蔵庫及び冷凍庫内への食品収納は、庫内容積の70%以下にし、扉の開閉は素早く、必要最小限にしましょう。



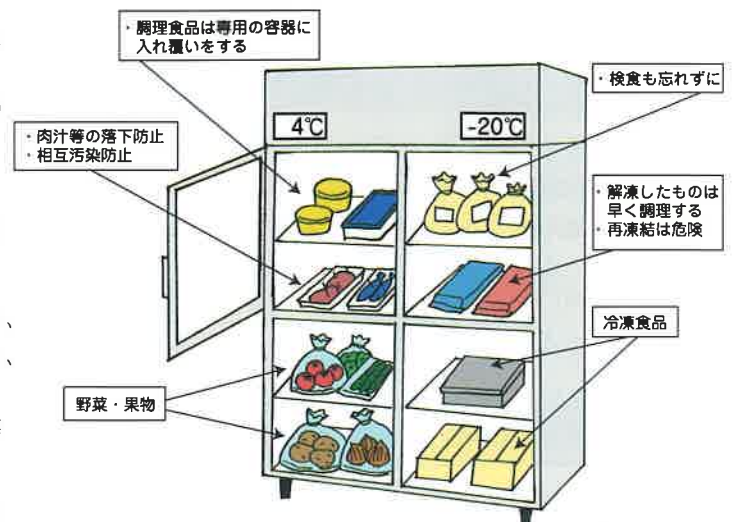
## 3 食品の衛生的な取扱い

食中毒等の事故の原因が食材にあったとしても、それを排除せず消費者に提供すれば提供者はその責任を免れません。

仕入れ時のチェックや、保管時の管理は適確に行いましょう。

### ◆食材等のチェックと保管

- ①製品及び原材料の仕入れにあたって品質、鮮度及び異物混入の有無等を確認しましょう。  
特に、食品の日付表示をチェックし、期限切れの食品は、使用しないようにしましょう。
- ②食品には、それぞれ適切な保存方法があります。  
表示をよく確認し、適切な温度と方法で保存しましょう。
- ③冷凍食品や凍結している魚介類・食肉等の解凍は、冷蔵庫内や解凍機能の付いた電子レンジ等で行い、常温での解凍は避けましょう。  
また、冷凍魚介類を水で解凍する場合は水道水等の食品製造用水の流水を使いましょう。
- ④原材料は、相互汚染しないように、種類ごとに区分し保管をしましょう。  
特に、先入れ先出しを実行しましょう。



## 4 食品の適切な調理・製造

食中毒事故は、「つけない」「ふやさない」「やっつける」の食中毒予防3原則を守ることにより防ぐことができます。また、添加物の使用についても適切に行い、安全で衛生的な食品を提供しましょう。

### ◆調理の心構え

#### ①加熱

細菌・ウイルスは通常熱に弱いため、中心部まで充分熱が通るよう加熱し、殺菌しましょう。（目安は85℃以上で90秒以上）また、加熱温度については中心温度計等で確認しましょう。

（生野菜など加熱できないものについては、流水を使って充分洗浄しましょう。）

#### ②二次汚染防止

加熱により殺菌しても、細菌・ウイルスを再び付けてしまっては意味がありません。

- ・包丁やまな板は、食品別・用途別（魚・肉・野菜・仕上げ用等）に専用の物を用意し混用しないようにしましょう。
- ・作業毎に手洗い消毒を行い、手指に傷や手あれがある人は直接食品を触らないようにしましょう。

#### ③調理時間

- ・調理が終了した食品は速やかに提供しましょう。
- また、放冷や冷却が必要な食品は適切な温度で管理しましょう。
- ・前日からの作りおきは大変危険です。（熱に強い芽胞を形成する細菌や毒素を産生する細菌等があるためです。）
- また、能力オーバーな注文を受けるのは、事故の元です。

#### ④検食

仕出し弁当の提供や、そう菜の卸し等を行う場合、1食分のメニュー内容を50g以上個別にビニール袋等に入れ、-20℃以下の冷凍状態で2週間保存してください。

食中毒などの事故発生時、原因究明に役立ちます。

（設備的に-20℃以下で2週間の保存が不可能な場合は、出来る限り近い条件で保存してください。）

#### ⑤添加物の使用

添加物の使用量や使用できる食品については、法律で定められています。適切に使用しましょう。

#### ⑥表示

基本的に容器包装に入れた食品は、「製造者」や「消費期限や賞味期限」「添加物」「アレルギー物質」「遺伝子組み換え食品」等を表示しなければなりません。

（表示すべき内容については、食品の種類によって異なりますので、不明な点があれば保健所までご相談ください。）



## 5 食品取扱者の衛生管理

食品を衛生的に扱うには、取扱う人が清潔でかつ十分な衛生意識をもっている必要があります。

### ◆作業開始時チェック

- 1 調理作業専用の清潔な服装である
- 2 指輪・腕時計等は外す
- 3 帽子・マスクを着用している
- 4 爪は短く切っている
- 5 手指の洗浄・消毒済み
- 6 手指に傷が無い  
(傷がある人は、直接食品に触れない事)
- 7 下痢等、体調不良でない



### ◆健康管理（検便）

健康に見えても、体内に感染症や食中毒の原因となる細菌やウイルスを保有していることがあります。定期的に検便を行い、チェックしましょう。

(赤痢菌・サルモネラ属菌・腸管出血性大腸菌・ノロウイルス等)

また、食肉・二枚貝（カキ等）の生食は避けましょう。

### ◆衛生教育

従業員の衛生意識を高めるために、定期的に衛生教育を行いましょう。

(保健所では衛生教育用ビデオ・DVDの貸し出し、資料提供、講師派遣等を行っています。)

## 6 適切な自主衛生管理

食品の苦情や事故は、ちょっとした油断や不注意によって起こります。

自己の衛生管理内容をチェックし、更なる衛生レベル向上のために改善して行きましょう。

### ◆自主管理記録

清掃や食品の取扱い、健康管理等について定期的にチェックし、その記録を残しておきましょう。

(通常の記録の場合、1年間以上保管)

### ◆自主検査

食品等の定期的な検査を実施しましょう。

(公的検査機関等での検査)

## 7 苦情の対応

「何が原因なのか」「今後、再発防止のためにはどうしていくのか」等、充分説明をしなければ苦情者の納得は得られません。

- ① 営業者や店長等責任のある人が誠意をもって苦情者の話を聞き、原因や今後の対策や改善方法を説明する等、迅速かついねいに対応することが重要です。
- ② 責任者が不在時も適切に対応できるよう、日頃から訓練しておく必要があります。  
また苦情原因の排除のために、日常の自主管理の徹底も重要です。

### \*\*\*\*\* 正しい手洗い・消毒方法 \*\*\*\*\*



1~3の手順を2回以上行う

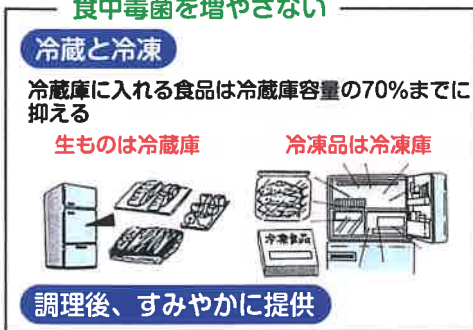
### \*\*\*\*\* 食中毒予防3原則 \*\*\*\*\*

- (原則1：つけない) 食中毒菌やウイルスがついていなければ事故は起こりません。
- (原則2：ふやさない) 食中毒菌が増えるには一定の時間と温度が必要です。
- (原則3：やっつける) 食中毒菌やウイルスは一般的に熱に弱く、加熱により死滅します。

#### 食中毒菌やウイルスをつけない



#### 食中毒菌を増やさない



#### 食中毒菌やウイルスをやっつける



「新鮮だから生でも安全」は **危険** です!

とり刺し、とりタタキ、ユッケなどの生肉料理や、焼肉などで加熱不足の肉を食べたことによるカンピロバクター食中毒や腸管出血性大腸菌食中毒が発生しています。鮮度が良いからといって、食肉を生もしくは半生で食べると、食中毒のリスクが高まります。

※ユッケなどの生食用食肉（牛）の規格基準が法律で定められています。

保健所に認められたもの以外の提供・販売はできません。

※牛レバー、豚の食肉（内臓を含む）の生食用としての提供・販売は法律で禁止されています。

\*\*\*\*\*

## 食中毒を引き起こす細菌、ウイルス(主なもの)

\*\*\*\*\*

細菌・ウイルス名 特 徴	分 布	主な原因食品	主な症状	潜伏期	予防方法
<b>カンピロバクター</b> ・少量の菌でも発症 ・近年、鶏肉の生食が原因での食中毒が急増	・鶏や牛など多くの動物の腸内 ・牛の肝臓(レバー)内	・生または加熱不十分な食肉 ・生レバー(牛・鶏)	・下痢、腹痛、発熱	2～5日間	・食肉は生食を避け、充分加熱する
<b>腸管出血性大腸菌</b> (O157,O26,O111など) ・少量の菌でも発症	・牛などの動物の腸内 ・牛の肝臓(レバー)内	・生肉(ステーキなど) ・牛生レバー	・腹痛、下痢(血便)発熱 ・HUS(溶血性尿毒症症候群)を引き起こし、重症化することがある	2～7日間	・食肉やレバーは生食を避け、充分加熱する(中心温度:75℃以上1分以上) ・生肉を調理した器具は充分洗浄・消毒 ・上水道以外の水に注意
<b>サルモネラ属菌</b> ・少量の菌でも発症 ・近年、鶏卵への汚染が問題に	・自然界に常在 ・家畜(牛・豚・鶏など) ・ペット(犬・猫・亀など) ・ネズミ	・食肉 ・鶏卵	・下痢、腹痛、高熱 ・乳幼児や高齢者などは重症化しやすい	12～48時間	・食肉は生食を避け、充分加熱する ・生卵は冷蔵保管する ・卵を生食する場合は、期限内に食べ、加熱する場合は充分加熱する
<b>腸炎ビブリオ</b> ・塩分を好む ・真水に弱い ・増殖速度が速い	・海水(特に夏期)	・鮮魚介類 ・鮮魚介類から二次汚染を受けた食品	・激しい腹痛、下痢、嘔吐	10～24時間	・鮮魚介類を真水で充分に洗う ・刺身等は4℃以下で保存 ・鮮魚介類を調理した器具は充分洗浄・消毒
<b>黄色ブドウ球菌</b> ・食品内で増殖する際に毒素を産生 ・毒素は加熱してもこわれない	・人や動物の皮膚(特に傷口)、鼻や喉の粘膜	・素手で作られたおにぎりや生菓子など	・嘔気、嘔吐、下痢、腹痛	0.5～6時間	・手指に傷のある人は直接食品に触れない ・食品の低温管理
<b>ウェルシュ菌</b> ・加熱でも生残する芽胞を形成 ・酸素があると発育できない	・人や動物の糞便 ・土壌	・食肉、魚介類、野菜の加熱調理品 ・大量生産されたカレー、スープ、弁当	・腹痛、下痢	6～18時間	・大量調理・作り置きは原則避ける ・やむを得ず作り置きする場合は、加熱調理後速やかに冷却し冷蔵保管と喫食前の充分な再加熱
<b>ノロウイルス</b> ・少量のウイルスで発症 ・感染者(有症者、無症者)の調理人からの二次汚染による食中毒	・カキ、アサリなどの二枚貝 ・感染者の糞便、嘔吐物	・カキ、アサリなどの二枚貝 ・調理人を介して汚染された食品	・嘔気、嘔吐、下痢、腹痛、発熱	24～48時間	・二枚貝は充分加熱する(中心温度:85℃以上90秒以上) ・二枚貝を調理した器具は充分洗浄の上、熱湯または塩素系漂白剤で消毒する ・アルコール消毒は有効でない ・手洗いの徹底

◇その他食中毒の原因菌として、「セレウス菌」「ボツリヌス菌」「エルシニア・エンテロコリチカ」「リステリア」などがあります。

◇また、寄生虫(アニサキス、クドア、サルコなど)や自然毒(フグのテトロドトキシンや毒キノコなど)や化学物質による食中毒もあります。

## ◆お問い合わせ・ご相談先

東大阪市保健所 食品衛生課 電話072-960-3803 FAX072-960-3807

〒578-0941 東大阪市岩田町4丁目3番22-500号

希来里 施設棟5階(近鉄奈良線 若江岩田駅 北側)

(平成31年3月版)