

こどもの居場所のための
食品衛生講習会

こどもの居場所における食品衛生



埼玉県こどもの居場所づくり支援事業 オンライン 2026.6.22

こども応援
ネットワーク埼玉



埼玉県マスコット
「コバトン」「さいたまっち」

食品衛生講習会の内容

1 食品の安全性確保のための法的な規制

2 食中毒とは

- ① 食べ物と微生物（食中毒との関係・二次汚染）
- ② 食中毒の分類と発生状況
- ③ 細菌性食中毒予防3原則
- ④ ウイルス性食中毒予防4原則

3 食品取扱者が気をつけること

- ① 健康管理と衛生的な着衣等・正しい手洗い
- ② 原材料の受入れと食物アレルギー、温度管理
- ③ 食材配布の注意点
- ④ 弁当作り・配布等の注意点、Eコバック使用時の注意点
- ⑤ 調理場での調理等の注意点
- ⑥ 子供と一緒に料理作りの注意点、テーブルの消毒方法
- ⑦ 食べる人への注意喚起
- ⑧ 参考資料 食材別等の食中毒予防など

食品の安全性確保のための 法的な規制

衛 生

守る・防ぐ

生命・健康

食品衛生の目的

食品を食べる人の健康を守ること

「美味しかったどうか」以前に
「食べて安全かどうか」を守らなければならない



ルールを守った
自ら行う衛生管理が最も重要

食品の安全性の確保のための法的規制

売ってはいけない不衛生な食べ物の4つのルール

腐っているもの・未熟なもの

- ・腐敗や変敗をしていて、食べるとお腹を壊しそうなもの

毒や有害なものがはいつているもの

- ・毒キノコやフグの毒、有害な化学物質が混じっているもの

病原菌に汚染されているもの

要注意

- ・食中毒菌に汚染されている疑いのあるもの

不潔なもの・異物が入っているもの

- ・ゴミや虫、プラスチックなどの「異物」が入っていたり、あまりに不潔な状態で扱われたりしているもの

食品の安全性の確保のための法的規制

食品衛生法と食品営業許可制度

子ども食堂のような**福祉を目的**とした食事の提供は、
営業とみなされないため、**食品衛生法の営業許可・
営業届出は必要ありません**

菓子等市販品の販売⇒許可不要 市販弁当の有料販売⇒届出



食中毒などの食品衛生上の**危害の発生を防止**
するためには、**衛生管理について注意する必
要があります** (調理師等の資格は必要ありません)



食品衛生責任者養成講習会などの機会を活用し、
食品衛生に関する基本的な知識を習得しましょう

食中毒とは

食中毒とは

食中毒 病原性のある細菌、ウイルス（病原微生物）、有害物質がついている**食べ物を食べて起こる病気**で、おう吐や下痢、腹痛などの症状が現れる

— 食べ物と微生物 —

人にとって有益なはたらき	人にとって迷惑なはたらき	
発 酵	腐敗・変敗	病原微生物
みそ、醤油、漬物、納豆、清酒など	食品中のタンパク質などが分解され、臭い、味、外観が変化	食品や体の中で増殖、又は毒素を産生 ↓ 食品の臭い、味、外観も変化がない ↓ 食中毒

食品の安全確保が重要

食物アレルギーにも気を付けること

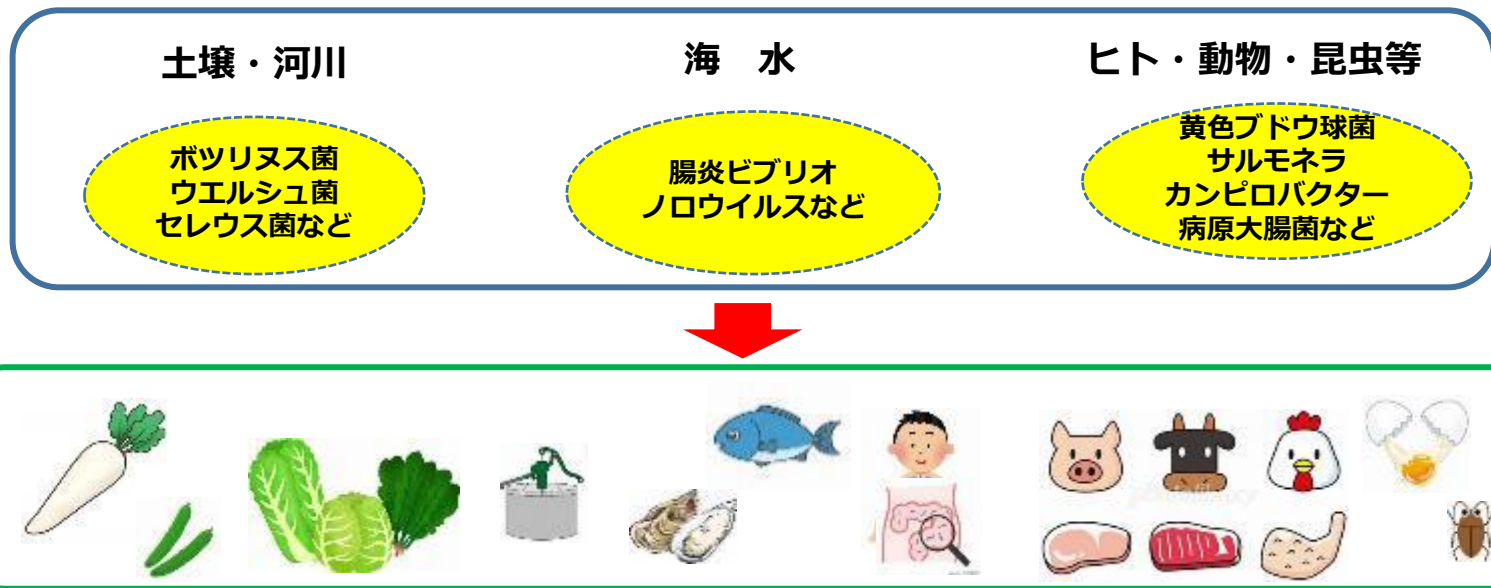
食中毒とは

食品の微生物汚染

— 食品を汚染する微生物はどこから来るか —

1 原材料由来汚染

(自然環境下で生産される食品原材料は、全て何らかの微生物による汚染を受けている)



2 調理等の過程での汚染 (2次汚染)

(食品の製造・加工・調理などの過程で2次的に汚染されたもの)

食中毒とは

食中毒 危険な料理は、どれかな？



加熱不十分な鶏肉



煮込み料理を室温で放置



素手で調理

食中毒の分類

細菌性食中毒



要注意

感染型：サルモネラ属菌、カンピロバクター など

毒素型：黄色ブドウ球菌、腸管出血性大腸菌 など

ウイルス性食中毒



要注意

ノロウイルス、A型肝炎ウイルス など

寄生虫食中毒



アニサキス、クドア、旋毛虫 など

自然毒食中毒



動物性：フグ毒（テトロドトキシン）、貝毒 など

植物性：毒キノコ、じゃがいも（ソラニン） など

化学性食中毒

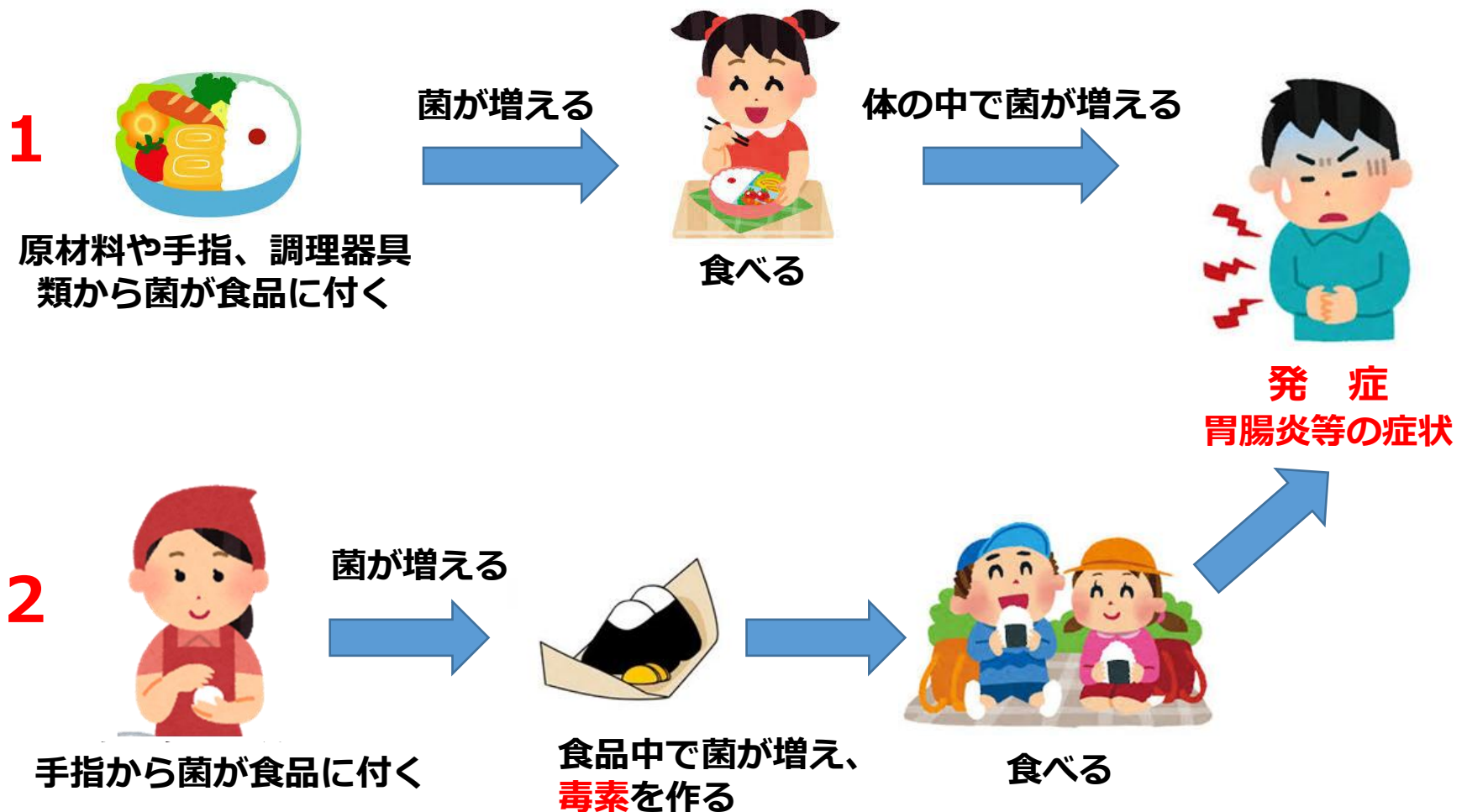


要注意

ヒスタミン、有機水銀、農薬 など

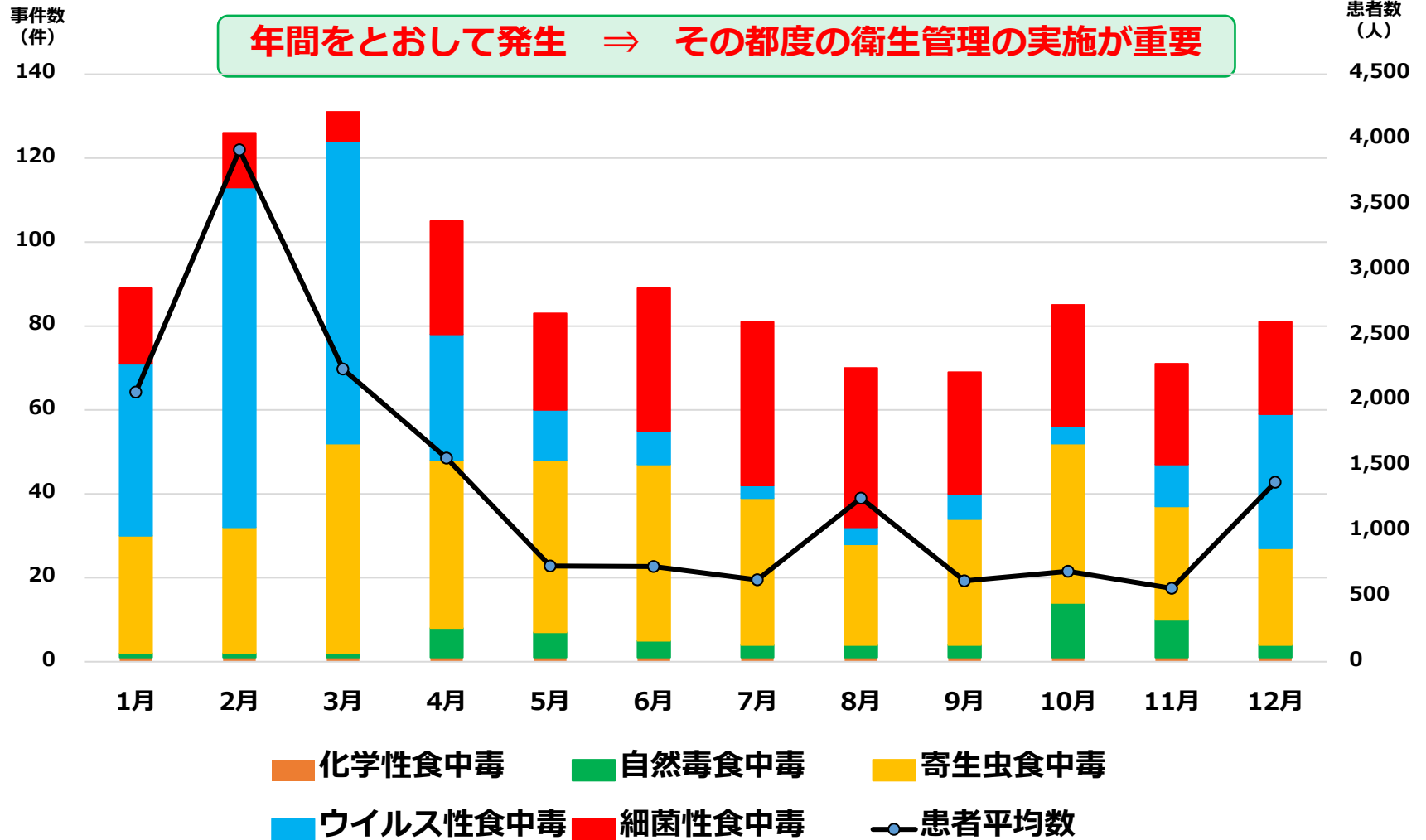
食中毒とは

細菌による食中毒はこうして起こる！！



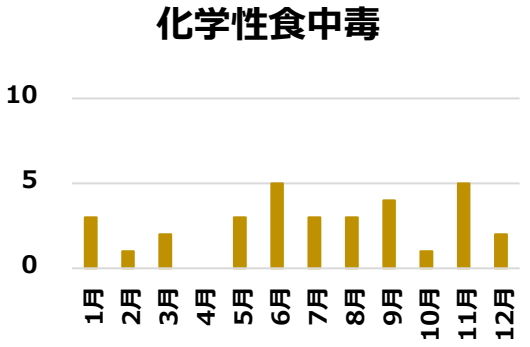
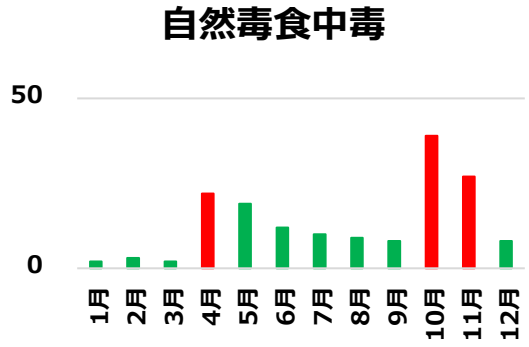
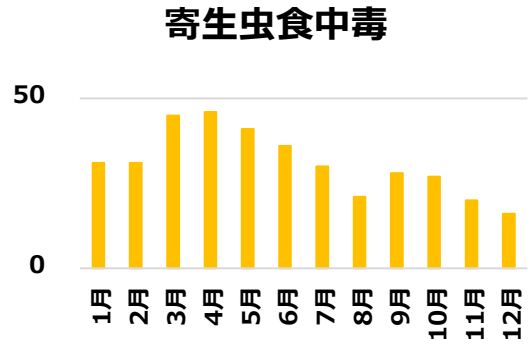
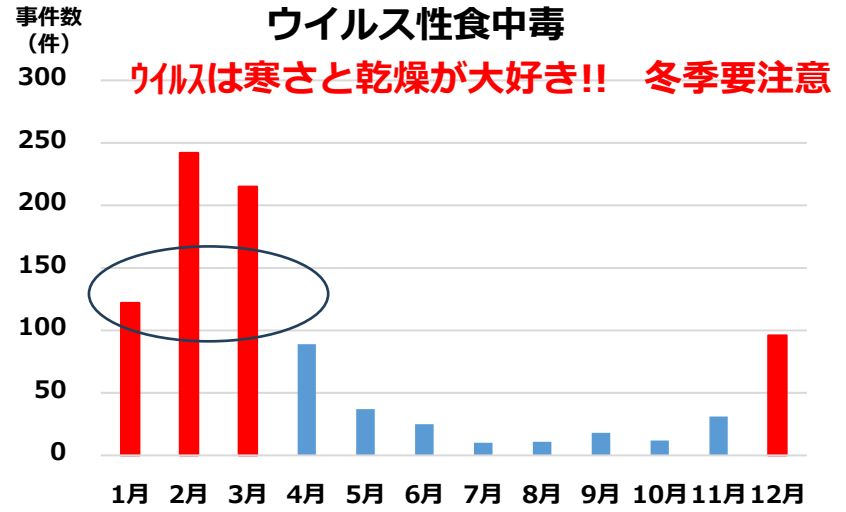
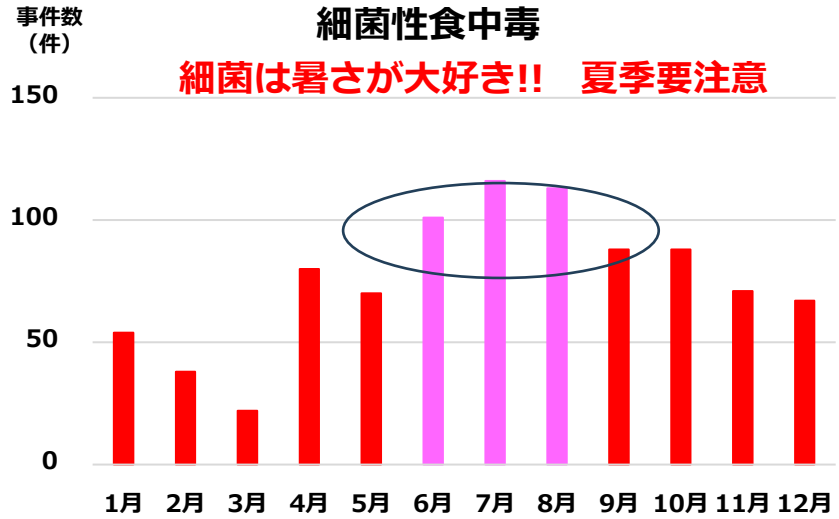
統計からみる食中毒

原因物質の月別発生状況 (2023年～2025年の3年間平均総数/全国)



統計からみる食中毒

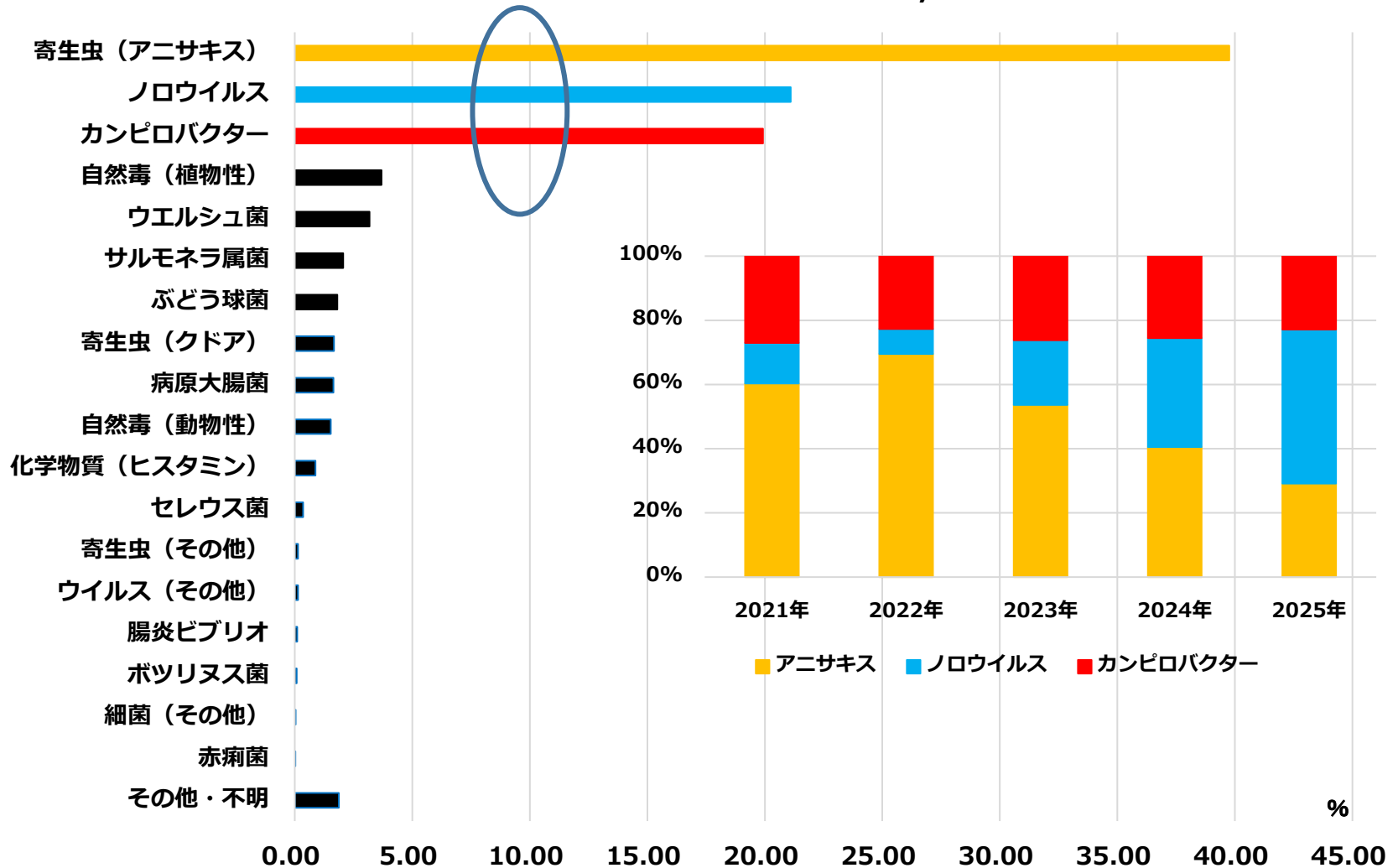
原因物質別の月別発生状況 (2023年～2025年の3年間総数/全国)



統計からみる食中毒

過去5年間の原因物質別食中毒事件数（割合）

2021～2025年5年間総数 n:4,904



統計からみる食中毒

年次別ノロウイルス食中毒の発生状況からみる

新型コロナウイルス感染症の予防
作る人、食べる人
手洗いに気を付けた結果



食中毒の発生要因

注意を怠ったことが原因

食品取扱者

- ・ 体調不良、**手洗い不足**など食品取扱者としての衛生管理を守らない

原材料

- ・ 衛生管理を怠っている業者から納品した原材料
- ・ 購入後、保存方法を守られなかった原材料

食品

- ・ 食品の**温度管理の不備**
- ・ 食品の**加熱不足**

施設

- ・ 衛生管理の不備による不衛生な施設・設備等

食中毒の発生要因

手洗い、食品や調理器具を適正に扱わないとどうなるか

手に傷があるまま、
又はトイレ後に手を
洗わずに、調理をし
てしまった

手指に付着していた食中毒菌に
よりおにぎりや、調理食品が汚
染されてしまう

手指の傷による黄色ブド
ウ球菌食中毒
手指からの二次汚染によ
るノロウイルス食中毒



調理した食品を室温
で放置してしまった

危険温度帯（10℃～60℃）で
は食中毒菌が急速に増殖してし
まう

前日調理したカレーによ
るウエルシュ菌食中毒



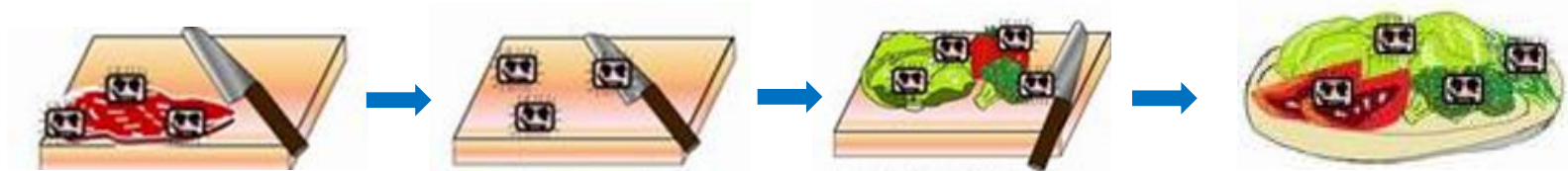
食中毒の発生要因

手洗い、食品や調理器具を適正に扱わないとどうなるか

生肉を扱った器具を洗わずにサラダなどに使ってしまった

生肉に付着していた食中毒菌によりサラダなどが汚染されてしまう

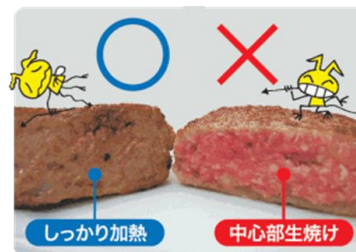
調理器具の使いまわしによるサルモネラ食中毒
O157食中毒



肉などを中心部までよく加熱しなかった

中心部の食中毒菌が殺菌されずに生き残ってしまう

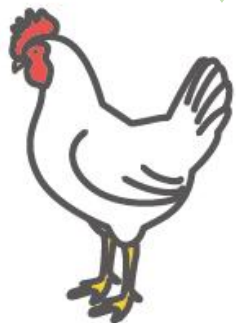
加熱不足による鶏肉によるカンピロバクター食中毒



カンピロバクター食中毒

加熱不足

少ない菌
でも発症



● 感染経路

- 家畜、ペット、野生動物など多くの動物に生息。特に鶏に多い。
- 原因食材としては、**食肉（特に鶏肉）**、飲用水など **★事件数が最も多い**

● 症状

- 潜伏期は、2～5日
- 症状は、水様性の下痢、腹痛、はき気、発熱などで、ギラン・バレー症候群を誘発。

● 予防対策

★ 食肉（特に鶏肉）は**生で食べない**
（中心部まで十分に加熱する）

★ 使用した器具類の十分な洗浄・消毒

黄色ブドウ球菌食中毒

手洗い不足

毒素型食中毒
の代表



● 感染経路

- ・ ヒト、ほ乳類、鳥などに生息し、健康人でも手の傷（化膿）、鼻、皮膚などに見られる。
- ・ 原因食品は、おにぎりなど**手作り食品**。
- ・ **毒素**（エンテロトキシン）を産生し、**加熱(100℃30分)しても無毒化しない**。

● 症状

- ・ 潜伏期は、2～3時間。
- ・ 症状は、激しいおう吐、吐き気。ときに腹痛、下痢。

● 予防対策

- ★ **手洗いの徹底**
- ★ **指に傷や化膿がある人は調理しない**
- ★ **衛生的なマスク、手袋、帽子の着用**
- ★ **調理後は早めに食べ、保存は冷蔵**

食中毒予防3原則

つけない

手と調理器具は
いつも清潔に

- 手洗いの励行



- 食品を区別して
保管・調理



- 包丁、まな板、
ふきん等の殺菌



増やさない

食品は素早く調理、
早めに食べる

- 調理中の食品、
残り物を放置し
ない



- 食材の温度管理



保冷剤は上に



やっつける

中まで加熱、すぐに
冷却

- 中心部が75℃で
1分間以上加熱



- 冷蔵10℃以下
冷凍-15℃以下
で冷却



食中毒予防3原則

つけない
清潔

食中毒の原因となる
細菌やウイルス



- ・ 食品につけない
- ・ 二次汚染をふせぐ

盛り付けは、専用のトングや
使い捨て手袋を使う

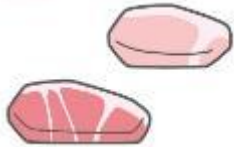


食中毒予防3原則

< 二次汚染をふせぐ > ①

● 原材料 ●

原材料に付着している細菌やウイルスを調理済みの食品等に付けない。



サルモネラ、腸管出血性大腸菌、カンピロバクター など



腸炎ビブリオ
ノロウイルス

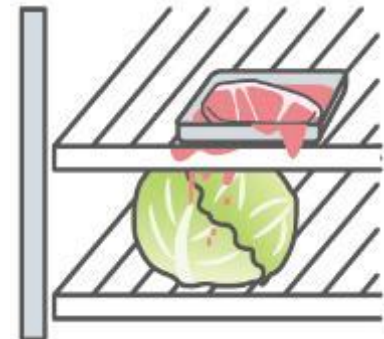
魚介類、野菜や果物は、流水でよく洗う



ウエルシュ菌
など

● 冷蔵庫内 ●

食肉や生鮮魚介類はバット、容器などに入れて冷蔵庫の最下段に入れる。



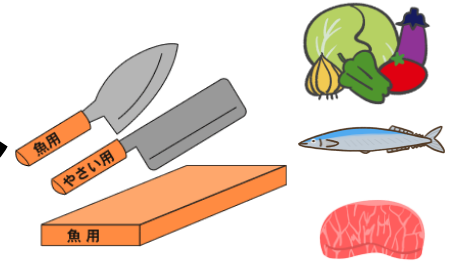
食中毒予防3原則

< 二次汚染をふせぐ > ②

[使い分け]

● 設備や器具・容器等 ●

包丁、まな板、ふきん、洗浄用スポンジなどは、食材や器具等に応じて専用にする。



● 人の手 ●

肉や魚を扱ったあと、手を十分に洗わずに盛り付けなど行い、食中毒を起こした事例が多い。



[洗浄前]

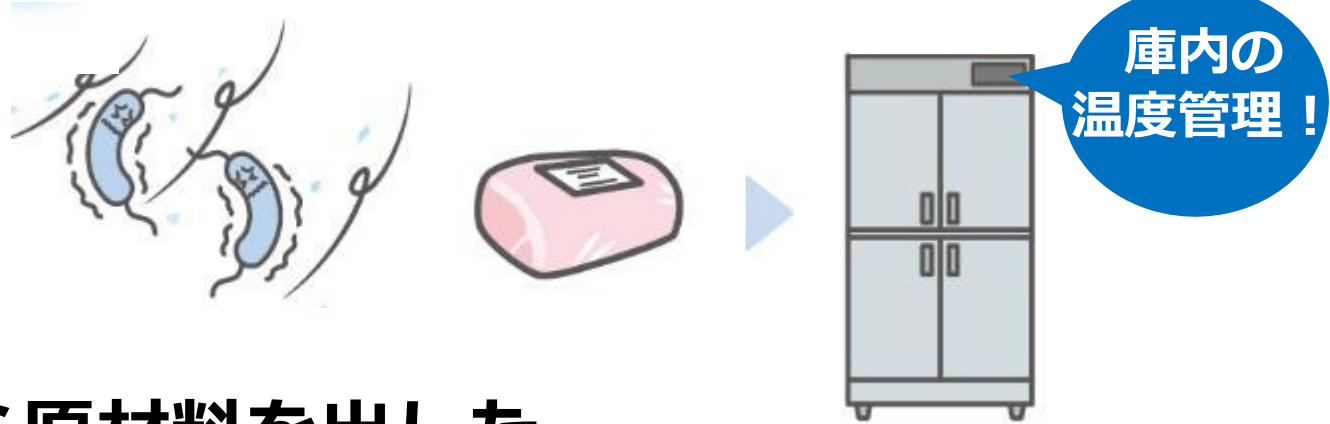


[石けんで洗浄後]

食中毒予防3原則

増やさない
迅速・冷却

- 仕入れた食材や調理済みの食品を冷蔵・冷凍保管する ●



- 冷蔵庫から原材料を出したら、すぐに調理を始める ●
- 調理済みの食品を保管する場合は速やかに ●
- 調理後、すぐ食べる（概ね2時間以内） ●

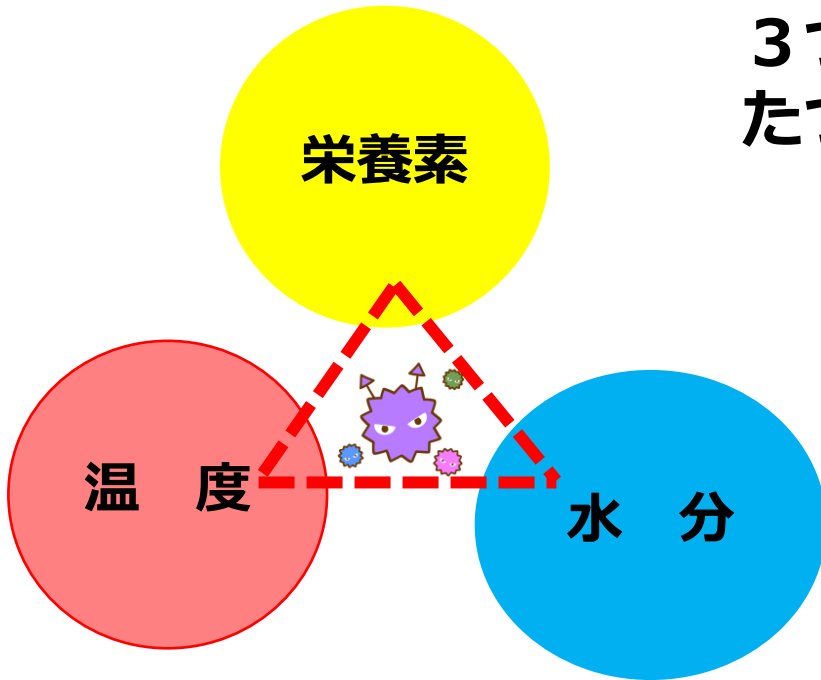
食中毒予防3原則

温度管理が重要

3つの条件がそろい「時間」がたつと**食中毒発生**

▶ **温度管理**

▶ **水分コントロール**

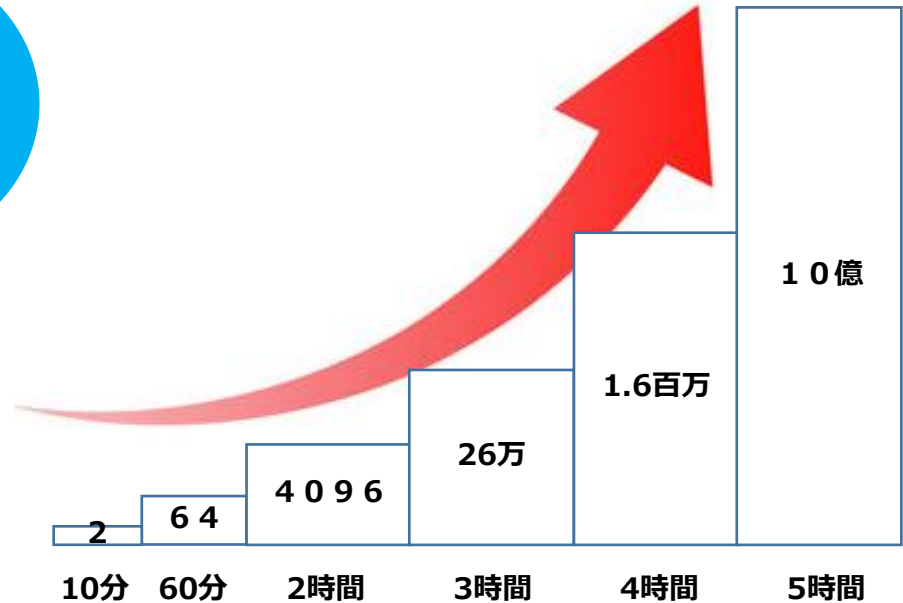


【細菌の増殖3条件】

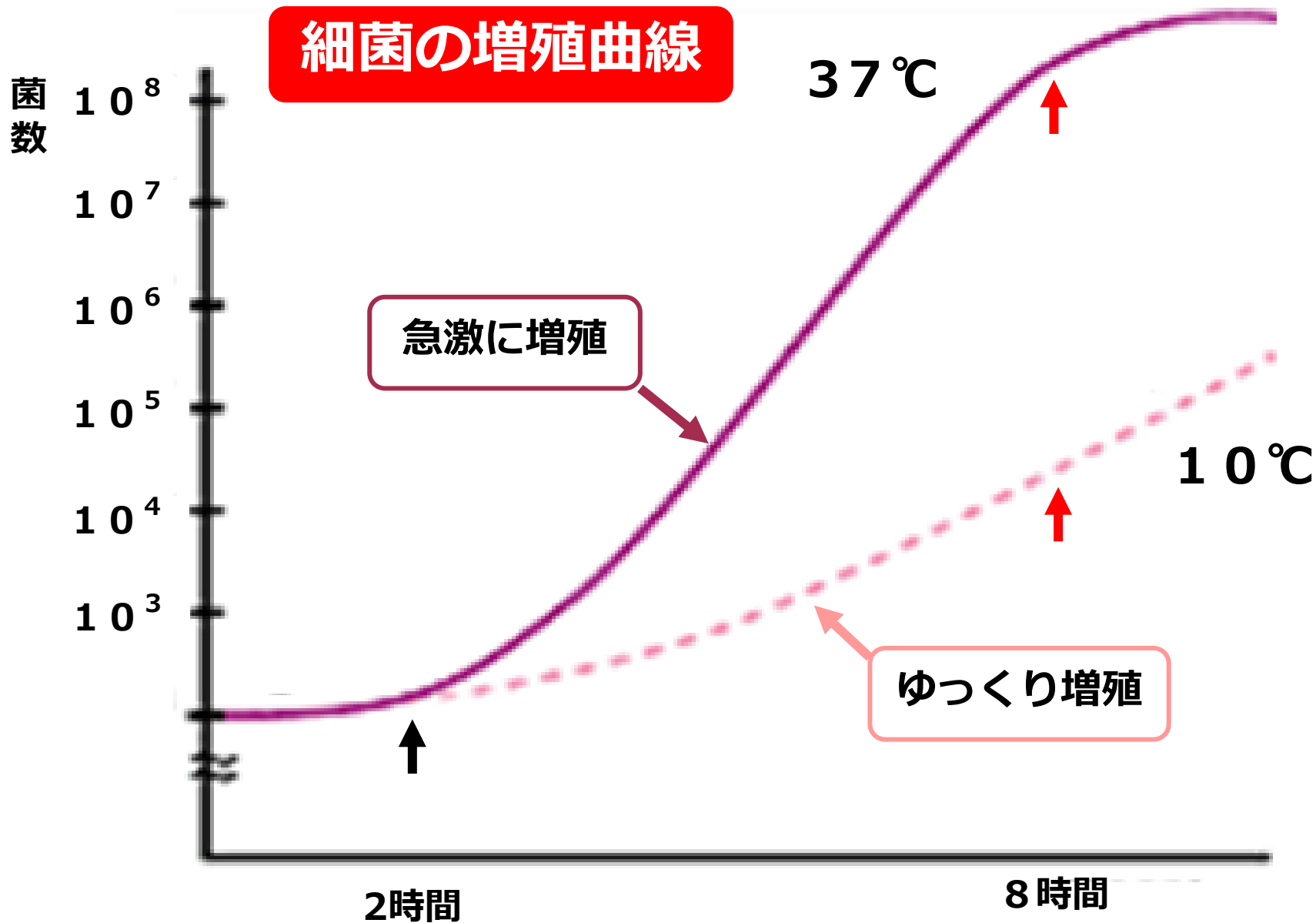
その他の条件

酸素の有無

水素イオン濃度

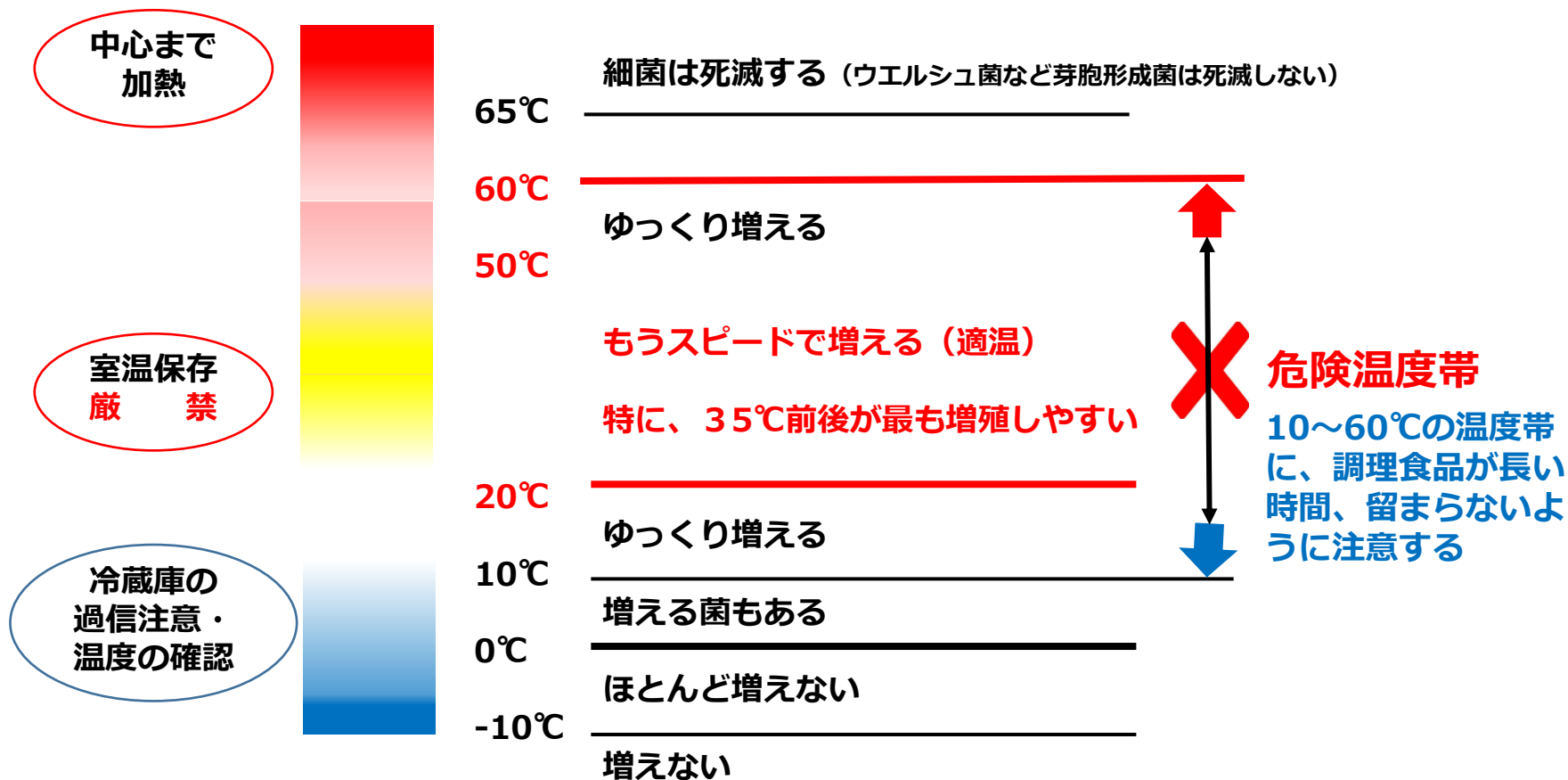


食中毒予防3原則



食中毒予防3原則

食品の温度管理



Point 「温かい」の温度帯が一番細菌が増殖しやすい
「温かいままフタをする」と、結露した水分で細菌が増えるので、細菌の増えない温度帯に冷まして容器に盛り付ける

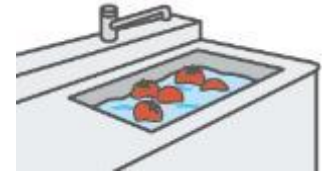
食中毒予防3原則

- 加熱調理食品は、中心部が75℃で1分間以上加熱●

やっつける
加熱・殺菌



ノロウイルスでは
85~90℃で
90秒間以上



野菜類は必要に応じ
次亜塩素酸Naで殺菌

※低温調理 中心部が63~65℃になってから30分以上の加熱



芽胞形成菌に注意!!

ボツリヌス菌、ウエルシュ菌、セレウス菌は熱に強い芽胞を作り、20~40℃位で発芽して再び増殖。

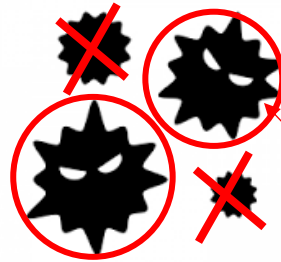
食中毒予防3原則

⚠ 芽胞形成菌に注意!! (ウエルシュ菌食中毒)

やってはいけないこと!! 前日調理
(下処理も含む)

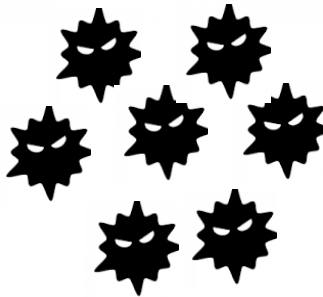


加熱



加熱すると熱に弱い他の細菌等は死んでしまう
熱に強い殻(芽胞)を作った
ウエルシュ菌が生き残る

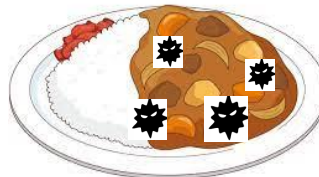
放置



ウエルシュ菌の増えやすい温度
(45℃)まで下がると、芽胞から
通常の菌体に戻り、増殖する

~~作り置き~~

再加熱



温めなおすときにしっかり加熱しないとウエルシュ菌が生き残ってしまう

冬に向かって要注意！ ノロウイルス食中毒

手洗い不足

感染力が強く
ごく少数の
量でも感染



● 感染経路

- 感染者の便が下水道を通じて河川、沿岸を汚染。生息している**二枚貝**がウイルスを取り込み食中毒の原因となる。
- **調理従事者からの二次汚染が多い。**

● 症状

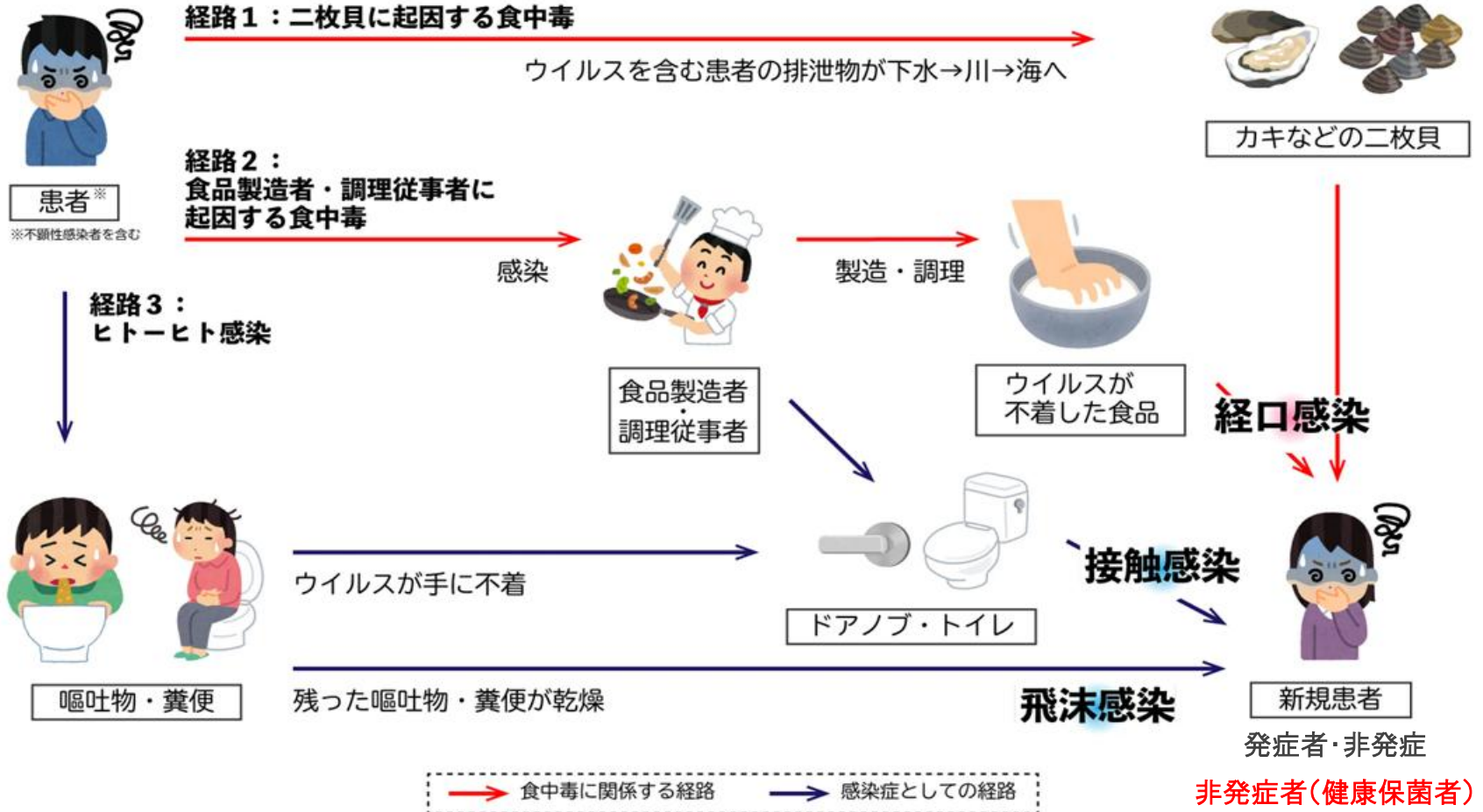
- 潜伏期は、1～2日間。
- 症状は、吐き気、おう吐から始まり、腹痛、下痢、発熱。回復は早い。

● 予防対策

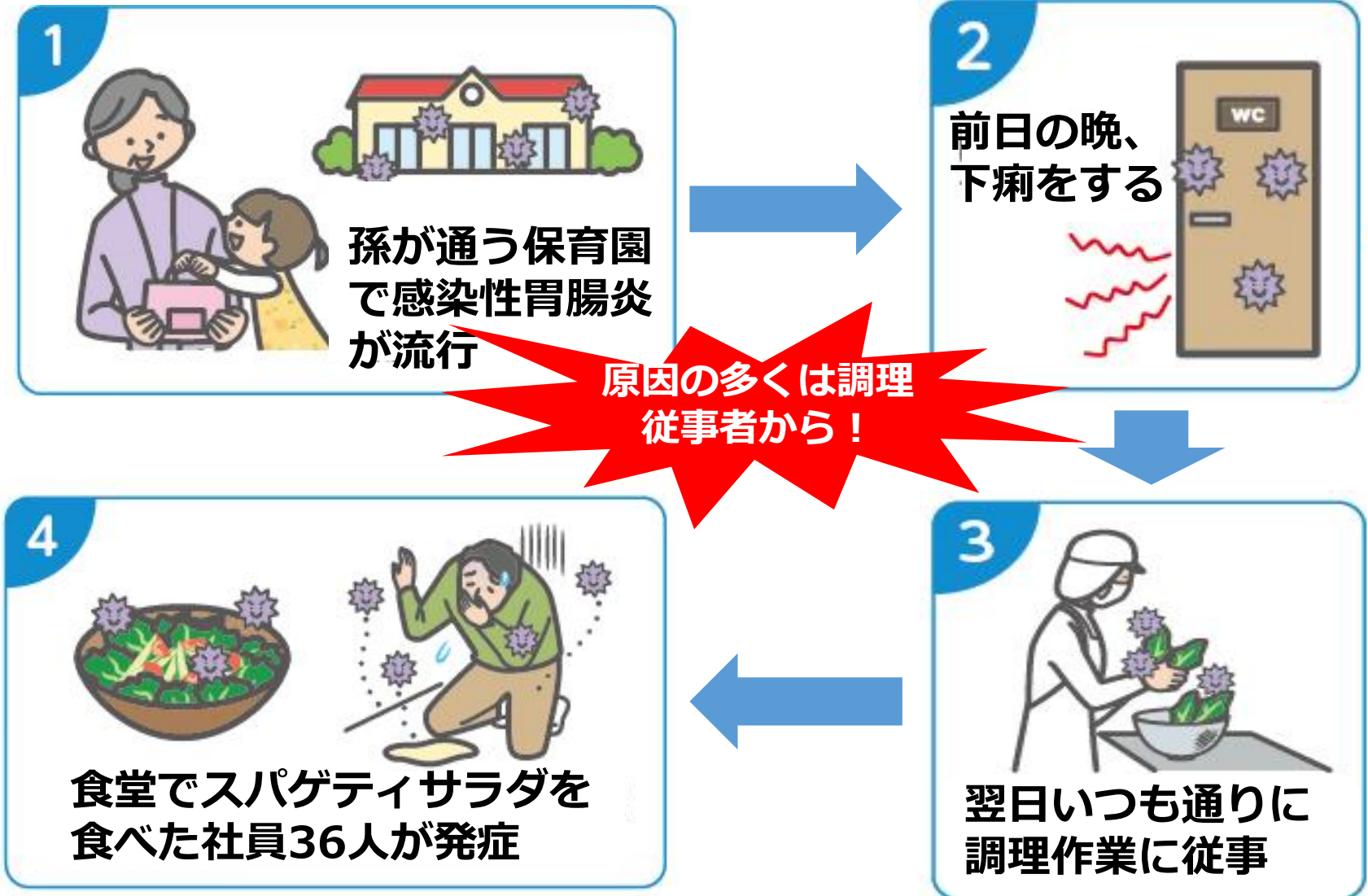
- ★ **トイレ後の十分な洗浄・消毒**
- ★ **食品の十分な加熱（85℃90秒間以上）**
- ★ **調理器具の十分な洗浄・消毒**
- ★ **調理従事者の健康管理**

ノロウイルス感染の仕組み

- ① ウイルスに汚染されたカキなどの二枚貝を食べた場合
- ② 感染者が調理時などに食品を汚染し、その食品を食べた人が感染する場合
- ③ 感染者の吐物や便の始末などをする際に、感染する場合（ヒト-ヒト感染）



ノロウイルス感染の仕組み



ノロウイルス3つの危険

① トイレが危ない

- ・ ノロウイルスは、**人間の体の中でのみ増殖**する →大便
- ・ 健康保菌者もトイレを利用する

② 手洗いミスが危ない

- ・ 街中の手で触れる場所や物、またトイレ利用後には、ノロウイルスが付着している →厨房内を汚染

トイレのあとは**グーしてパー**

③ 盛付け時が危ない

- ・ 9割程度は、盛付け時の手指からの汚染
→「盛付前の手洗い、消毒」、「手袋の着用」

ウイルス性食中毒予防4原則

持ち込まない

調理施設に持ち込まない

ひろげない

調理施設を汚染させない

つけない

食品を汚染させない

やっつける

加熱して、死滅させる

- 健康管理（本人・家族）
- 調理前の**手洗い**



- トイレ後、清掃後の**手洗い**
- 調理施設、トイレの清掃・消毒



- 正しい、確実な**手洗い**
- 調理器具類の洗浄・消毒
- 使い捨て手袋やマスクの正しい着用

- 85℃以上で90秒間以上加熱



細菌による食中毒予防の3原則と異なるので注意

食品取扱者が気をつけること

食品取扱者の健康管理・衛生的な作業着等の着用

- ▶ 下痢やおう吐などの症状がある人
 - ・ 治るまでは、調理などに携わらない
 - ・ 健康保菌者の存在⇒検便の実施
- ▶ 手指に傷（黄色ブドウ球菌が存在）がある人
 - ・ 傷がある場合は、調理行為に携わらない
- ▶ 手指の爪は短く切り、腕時計・指輪等の装身具を外す
- ▶ 清潔な衣類や帽子（三角巾）、マスクを着用する

食品取扱者が気をつけること

「手洗いが大切」と知っているのに・・・

手は細菌やウイルスの「運び屋」



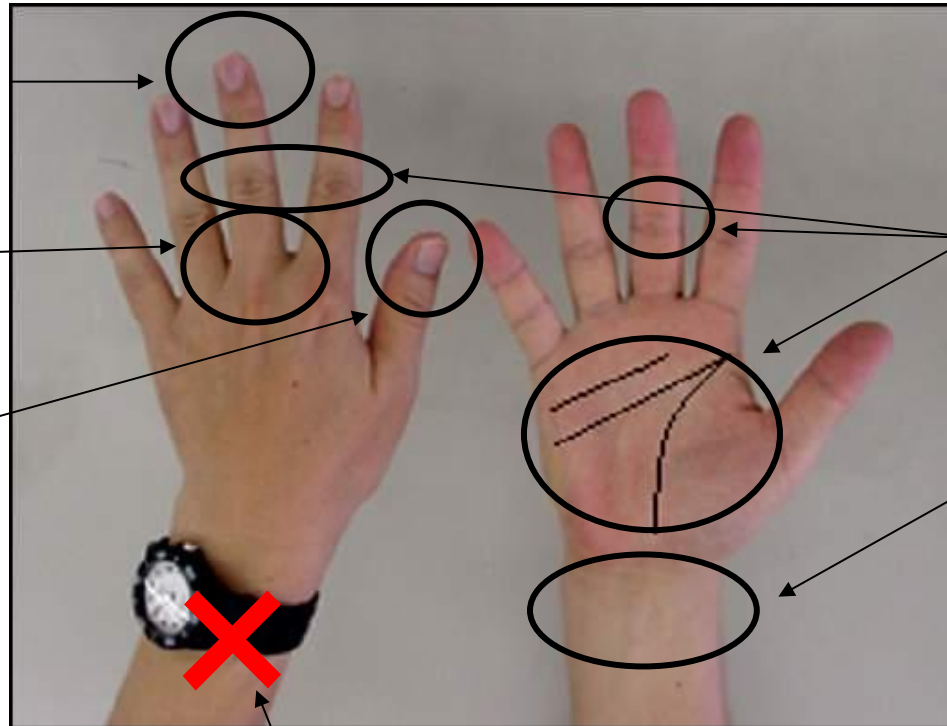
食品取扱者が気をつけること

汚れが残りやすいところ

指先や爪の間

指の間

親指の周り



手・指の
しわ

手首



作業中は時計や指輪はずす
爪は短くしておく

食品取扱者が気をつけること



図 手洗い前

食品取扱者が気をつけること



図 水洗後

食品取扱者が気をつけること



図 30秒間石けん洗浄後

食品取扱者が気をつけること

正しい手洗いの励行（新常識 2度洗い） 食品衛生は「手洗いに始まって手洗いに終わる」

準備

- 爪は短く切る
- 時計や指輪をはずす



水洗い

- 流水で軽く手を洗う



2回繰り返し返す！

石けん洗い

- よく泡立て、指先・指の間・手首まで念入りに



すすぎ

- 流水でよくすすぐ



時間の目安は、洗い10秒 ↓すすぎ15秒

2回繰り返し返す

乾燥

- 使い捨てペーパータオルや清潔なタオルを使用



原材料の受入れ

- ▶商品や数量が、注文内容と納品物が合っているかを確認する
 - ・生鮮食品は、1回で使い切れる量を、当日、仕入れる
- ▶外観、におい、包装の状態、表示（期限、保存方法、アレルギー）などを確認する
 - ・仕入れ先や仕入れ時間等の記録と保管
- ▶冷蔵・冷凍品は保管温度を確認する
 - ・室温におかれる時間をできるだけ短く
 - ・危険温度帯（20～60℃）に置かないこと
- ▶屋外等では、直射日光に当たらないよう、また、食材は直置きしないこと

食品取扱者が気をつけること

【主な原因食品】

鮮度の落ちたマグロ、カジキ、カツオ、イワシ、サンマ、ブリ、アジやその加工品

【主な症状】

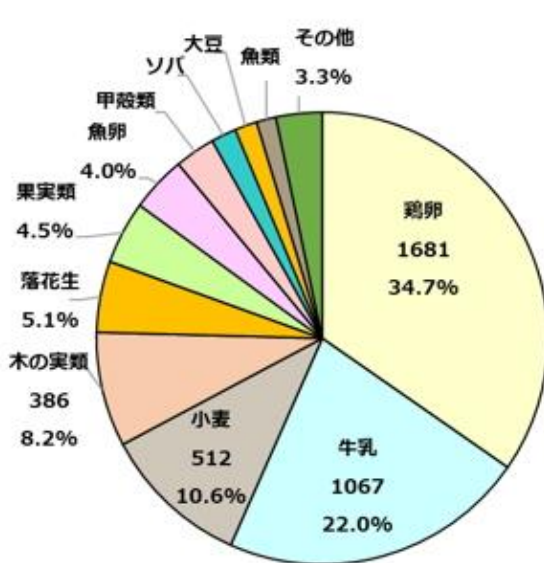
食べた直後から**1時間以内に発症**し、顔面、特に口の周囲や耳たぶの紅潮、頭痛、じんましんなどがあげられる

【予防方法】

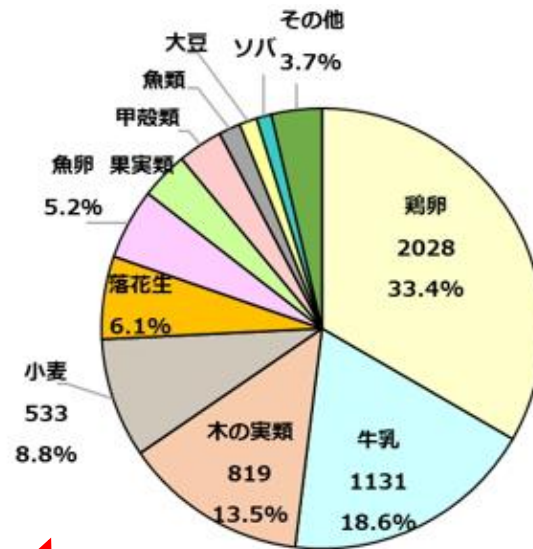
- 1 魚を生で保存する場合は、速やかに冷蔵・冷凍する
- 2 解凍や加工においては、**魚の低温管理を徹底**する
なお、10℃で低温管理した場合でも、長期間の保存でヒスタミンが増えることがある（冷蔵であっても原料魚や偏製品の長期保管は避け、期限内に使い切る）
- 3 **鮮度が低下した魚は使用しないこと、調理時に加熱しても分解されない**

食品取扱者が気をつけること

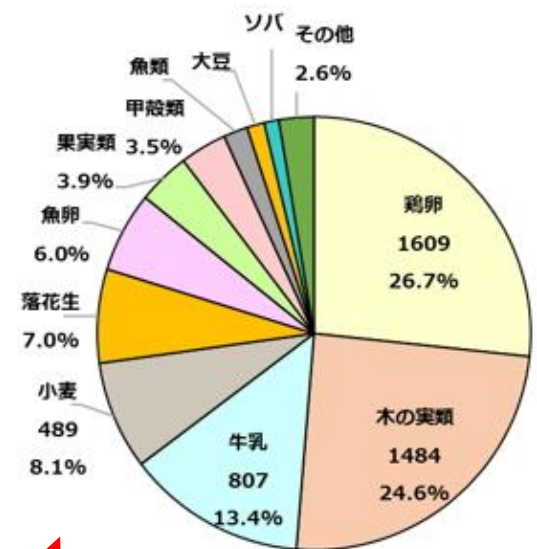
アレルギーとなる食品の種類



平成30年度(n=4,851)



令和3年度(n=6,080)



令和6年度(n=6,033)

医療機関からの症例報告数（消費者庁）

今後も、高い症例数で推移が見込まれる

- ▶原因食物は、鶏卵が最も多く、木の実類、牛乳と続いている。
- ▶品目別では、鶏卵(26.7%)、くるみ(15.2%)、牛乳(13.4%)
- ▶木の実類の割合が国内消費量に伴い増加している。
(くるみ、落花生、カシューナッツ、マカダミアナッツ、ピスタチオ、アーモンド、ペカンナッツ、ヘーゼルナッツ)

食品取扱者が気をつけること

使用する食材のアレルゲンをよく確認する

参加者等からの問い合わせに対し、正確に回答する
(対応しない場合、その旨をしっかりと参加者に伝える)

義務表示アレルゲン (9)



卵



乳



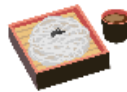
小麦



えび



かに



そば



落花生



くるみ



カシューナッツ (2025.4~)

任意表示アレルゲン (20)

あわび

キウイフルーツ

いか

もも

さば

りんご

さけ

大豆

いくら

アーモンド

牛肉

やまいも

豚肉

ごま

鶏肉

ゼラチン

オレンジ

マカダミアナッツ

バナナ

ピスタチオ (2025.4~)

▶ 対応する場合、専用の調理場など十分な管理が不可欠

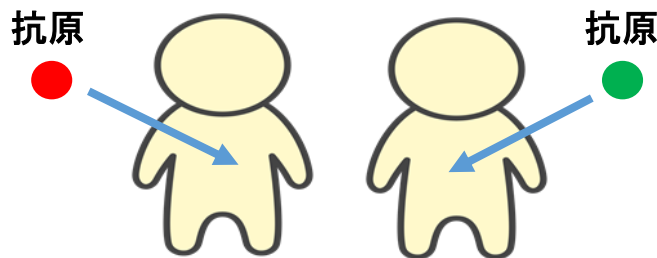
食品取扱者が気をつけること

食物アレルギー

食物アレルギーの機序

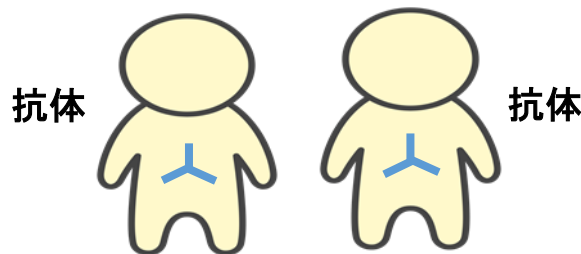
免疫

アレルゲン（抗原）が体内に入ってくる



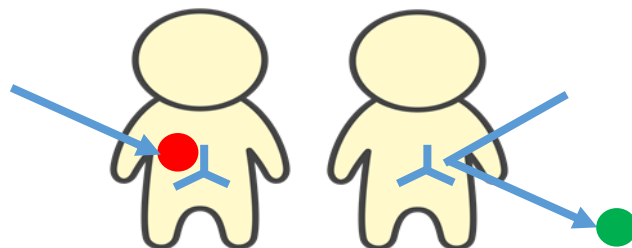
病原体（抗原）が体内に入ってくる

アレルゲンに対して主に I g E 抗体が作られる



病原体に対して主に I g G 抗体が作られる

再び同じアレルゲンが体内に入ってくる



再び同じ病原体が体内に入ってくる

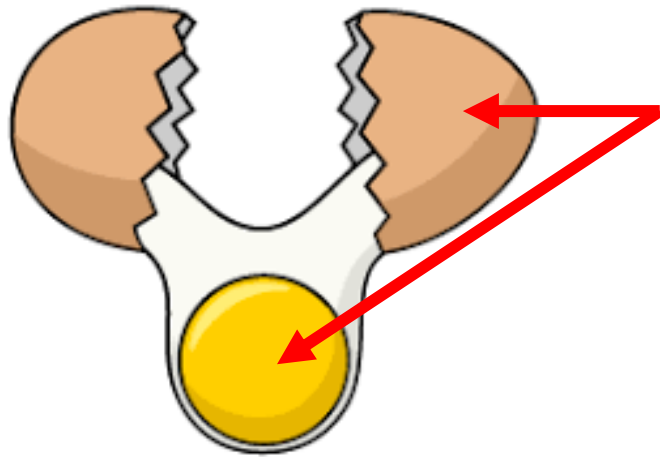
I g E は、血液や腸などに存在するマスト細胞に結合し、ここにアレルゲンが付き、ヒスタミンなどが放出され、アレルギー症状を起こす

抗体が抗原を攻撃（白血球等）して、病気が起こるのを未然に防ぐ

※緊急時の対応方法を確立

食品取扱者が気をつけること

使用する食材の「卵」はアレルギーだけではなく
サルモネラ中毒にも注意



どちらもサルモネラ属菌が汚染
on egg in egg

- ▶ 持ち帰った卵は、すぐに冷蔵庫で保管する
- ▶ 卵はきれいで、ひび割れのない、新鮮なものを使用する
- ▶ 使う分だけ、直前に割って、すぐに調理する（割ったままの状態では放置しない）
- ▶ 黄身も白身も固くなるまで十分加熱する
- ▶ 卵や卵を割ったボウル等の容器・器具は、使用後よく洗う
- ▶ 残った卵料理は、時間が経ちすぎたら思い切って捨てる

冷蔵庫・冷凍庫の温度管理

- ▶ 庫内の温度を定期的（始業前など）に確認する
 - ・ 冷蔵は 10℃以下
 - ・ 冷凍は-15℃以下
- ▶ 保存している食材の期限表示を確認し、期限内に使用する

食材配布の注意点①

▶ 野菜、果物類

新鮮なものを選び、低温で保管し、配布する

- ・ 床に直置きしない、野菜類以外のものを一緒に運搬する場合には、他の食品に触れないようにする

▶ 食肉（食肉加工品） ・ 魚介類（魚介類加工品）

清潔な蓋つきの密閉容器などに入れ、保冷ボックスに保冷剤等を入れ、10℃以下で保存の上、短時間に配布する

▶ 卵（パック）、チーズなど乳製品（包装品）

10℃以下で保存し、短時間に配布する

食材配布の注意点②

▶レトルト食品(容器包装詰加圧加熱殺菌食品)

「常温」で保存し、そのまま配布する



食品表示で確認

▶レトルト類似食品(チルド惣菜など)

「要冷蔵」(10℃以下)のため、保冷バックなどに保冷剤を入れ、短時間に配布する

▶冷凍食品

-15℃以下で保存し、保冷バックなどにドライアイスや保冷剤を入れ、短時間に配布する。もし、保冷剤等がなくて持ち帰る場合、包装紙などで二重三重に包み、帰宅後、すぐ冷凍庫に入れる。

なお、解凍してしまった場合は、**再凍結せず**、なるべく早く調理する

▶包装された加工食品

賞味期限・保存方法・アレルギー等の表示を確認し、適切に配布する

食品取扱者が気をつけること

保管期間の目安例

食品	仕入れ状態	保存温度	使用期限	保存期間
食肉	冷蔵	10℃以下	仕入れ当日	仕入れ翌日まで
	冷凍	-15℃ (-18℃) 以下	解凍日	賞味期限内
殻付き卵	常温	10℃以下	賞味期限内	賞味期限内
魚介類	冷蔵	5℃以下 (鮮魚4℃以下)	仕入れ当日	仕入れ翌日まで
	冷凍	-15℃ (-18℃) 以下	解凍日	賞味期限内
野菜	生鮮	5℃~10℃以下	2日	野菜の状態
	冷凍	-15℃ (-18℃) 以下	解凍日	賞味期限内

(参考) 大量調理施設衛生管理マニュアル

食品取扱者が気をつけること

弁当づくりなどで気をつけておきたいこと

—食中毒予防3原則を守る—



家庭で作った食品は持ち込まない・使用しない

▶調理前は、何でも洗う → 「**つけない**」

- ・こまめに手洗いをする
- ・野菜、果実は流水でよく洗う
- ・清潔な容器を使用

原則、生鮮食品は控え、加熱調理する

▶調理は、加熱が大事 → 「**やっつける**」

- ・しっかり中心部まで加熱する
- ・ハムやウインナーなども加熱する

▶よく冷ましてからつめる → 「**ふやさない**」

▶食べるまでは涼しく保管 → 「**ふやさない**」

▶作り置き（前日調理）は、行わない

（提供数は、施設の規模、取扱者数に応じた数とする＋検食保存）

食品取扱者が気をつけること

弁当盛付時等の注意点

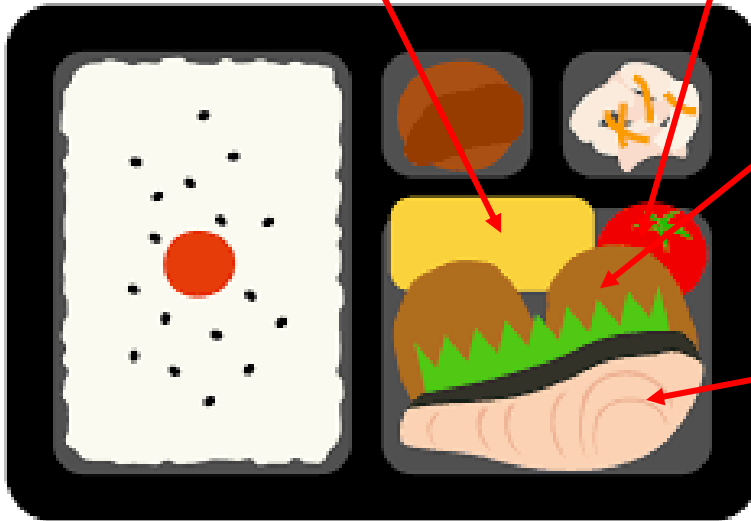
卵焼は、しっかり
中まで火をとおす



生野菜は、良く洗
い、水分を切る



フライは、中心部まで熱が
入っているかどうか切って
確認する



適切な温度管理（5℃以
下）ができないので、**生も
の（刺身など）は、入れな
い** →必ず加熱する

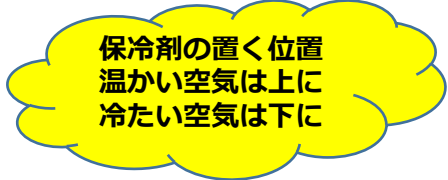
ご飯、おかずは、「よく冷ましてから」ふたをする

冷蔵庫や涼しいところに保管し、早めに食べる

弁当等の配布の注意点

—調理後の食品の冷却及び消費までの温度・時間管理が重要—

- ▶保冷ボックス（保冷剤使用）などを利用して配達する
 - ・食品の調理後（加熱調理後又は冷蔵から出して）
30分以内を目安に配布する
 - ・直射日光及び高温多湿を避ける
（冷蔵庫での保存が望ましい）
- ▶弁当は提供後すぐに食べるよう注意喚起をする
 - ・調理後の食品は、調理終了後から2時間以内に食べる



保冷剤の置く位置
温かい空気は上に
冷たい空気は下に

※気温、湿度の高い時期は、
生もの（サラダ、刺身等）の提供を控える

エコバック等使用時の注意点

1 エコバック・保冷バック等は清潔に保つ

▶ 定期的に洗う（細菌汚染防止）

- ・ 細菌は水分の汚れがお好き

「洗う」そして「乾燥」

▶ 肉や魚、土付き野菜はポリ袋に入れる

2 入れる順番に気を付ける

- ・ 冷たいものと温かいものとは密着させない
- ・ 硬いものや重たいものは下に入れる

食品取扱者が気をつけること

調理場での調理 注意点

手洗いの徹底	<ul style="list-style-type: none">・ 調理を始める前、生の肉・魚・卵に触れた後や、トイレに行った後の正しい手洗いを徹底すること・ 消毒薬（消毒用アルコール）を設置し、消毒すること
食材の温度管理	<ul style="list-style-type: none">・ 冷蔵庫、クーラーボックス内は10℃以下になるよう適切に管理すること（庫内温度を管理する温度計を設置）
調理	<ul style="list-style-type: none">・ 料理は当日に調理し、十分に加熱すること・ 前日に調理するなど、料理の作り置きは絶対にやめること
調理器具等	<ul style="list-style-type: none">・ 包丁、まな板等の調理器具は、食材の処理後その都度、洗浄し、終了時には洗浄、消毒、保管をしっかりと行うこと・ 清潔で衛生的な食器類を使用すること
体調管理	<ul style="list-style-type: none">・ 事前に検便をし、陽性者（赤痢等）及び下痢や嘔吐等の体調不良者は調理作業に従事させないこと
その他	<ul style="list-style-type: none">・ 作った料理はその場ですみやかに食べてもらい、余った料理は思い切って捨てること・ 廃棄物は、フタがある容器に捨てること

子どもと一緒においしい料理作り 注意点

予め何を作るのか、調理の工程を確認しておく

▶ 清潔に気を付ける

○手洗い（手首や爪の間もしっかり洗う）

- ・料理をする前
- ・生の肉や魚を触った後
- ・トイレに行った後
- ・鼻をかんだ後 など

○清潔な衣類や帽子（三角巾）、マスクの着用

○調理台は、ゴミがないような状態にする

▶ 新鮮な食材を選ぶ

▶ 生野菜は、流水でしっかりと洗い流す

（キュウリのようなデコボコしたものや、レタス・キャベツなどの葉物野菜などは一枚ずつはがすなど念入りに洗う）

▶ 加熱処理（中心部までしっかりと焼く）

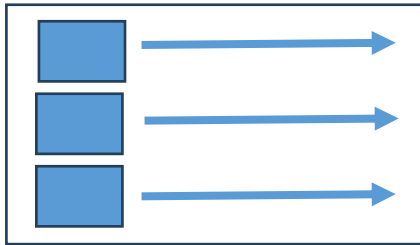
食品取扱者が気をつけること

テーブルの消毒方法 — 消毒用アルコール — (拭き方によって汚れ、雑菌を広げてしま)

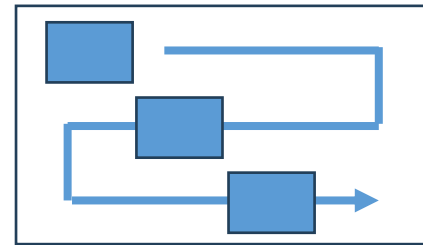
▶ **キッチンペーパー**や**乾いた清潔なふきん**を使用する

① キッチンペーパーにアルコールをスプレーする
直接テーブルにスプレーをしないこと

② 一方向拭き



コの字拭き



※汚れが目立つときは、予め、**清潔なふきん**等で水拭きをし、乾燥させてからアルコール消毒をする。

食品取扱者が気をつけること

食べる人に**口頭で注意喚起**！！

- ▶ 食べる前には手を洗い、消毒しましょう
- ▶ なるべく早く食べましょう
- ▶ 長い時間放置するのは絶対にやめましょう
- ▶ 食べ残しは、取っておかずに、捨ててしまいましょう
- ▶ その場食べるのが基本、持ち帰る場合には、保冷バックなどに入れましょう。帰宅後、すぐに食べる。
(保冷バックや保冷剤がない場合は、ポリ袋に凍らせたペットボトルを入れ、代用しましょう)

食品取扱者が気をつけること

事故の原因となる行動と回避

—無意識の行動：思い込み、判断の省略—

- ・ そう思い込んでいた
- ・ 確認をしなかった
- ・ いつも通りと思った
- ・ 点検や操作を省略した

無意識の行動を避けるには自分がこれから行う作業

何に注意しなければいけないか



**危害は何か、事前に把握し、
それを意識して作業にかかる**



危害要因の分析

H A C C P の考え方

食品取扱者が気をつけること

どんなに注意し、意識して行動しても、やはり失敗する
うっかりミス

作業後の確認が必須

指差し確認
+
声だし



指差呼称で防ぐ

- ① **他の人**が指差呼称で確認していることが**動作でわかる**
 - ・ <本人> ちゃんとやっていますよ!
 - ・ <責任者> ちゃんとやっているね!
- ② 自分が**安心**して**作業**できる
 - ・ 自分でやった行為が記憶できる

食品取扱者が気をつけること

記録する（衛生管理のポイント） しましょう

POINT① 食品取扱者の衛生管理

- 当日又はその前（数週間程度）に胃腸炎症状があった場合、食品の取扱いを避ける。
- 清潔な服装をし、帽子（三角巾）やマスクを着用する。
- 使い捨て手袋を着用する。また、使い捨て手袋は適宜交換する。
- 爪は短く切り、時計や指輪を外す。
- せっけんで正しくしっかり手を洗う。

POINT② 下処理

- 原材料のカットなどの仕込みは、自宅以外の清潔な調理施設で行う。
- まな板、包丁などは、肉、魚、野菜用など用途に応じて、しっかり使い分ける。

POINT③ 調理・提供

- 冷蔵が必要な食材はしっかり保冷する。（食材は、直射日光が当たらないようにする）
- 食材は中までしっかり加熱する。（付け合わせの野菜も十分に加熱）
- 調理器具、食品の容器等は衛生的に保管する。（使用後は、洗浄・消毒する）
- アレルゲンなどの表示を確認する。
- 廃棄物は、フタがあるゴミ容器に捨てる。

緊急時の連絡先 ○○保健所 電話

【責任者名： **】**

食品取扱者が気をつけること

万が一の食品事故の発生

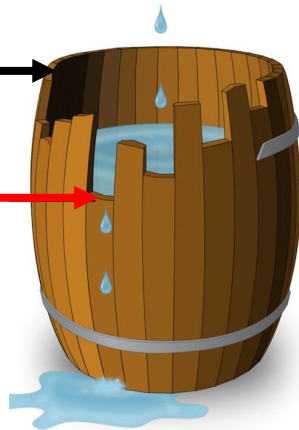


会社全体の信用を失う

一人ひとりの衛生管理の実施が重要
— 油断大敵 不実施者がいないこと —

150%

たった
一人の
50%



ドベネックの桶

厨房中の調理者5名
4名が150%ガンバル
1名が50%しかやらない
その衛生水準は50%

本日のポイント

- ▶ **健康**な体で清潔な取扱いを実践
 - ▶ 食中毒予防3原則の実践
 - ★ 「**つけない**」 : **二次汚染防止**
 - ★ 「**増やさない**」 : **低温で保存**
 - ★ 「**やっつける**」 : **十分な加熱**
- (原則、生鮮食品は扱わない)
- ▶ **危害要因**を分析し、**意識**して行動
 - ▶ こまめな、正しい**手洗い**の実践
 - ▶ 毎日の「**あたりまえ**」を徹底
- (いつも通りできていると思っても少しの油断が原因)

参 考 資 料

食材別等の食中毒予防のポイント

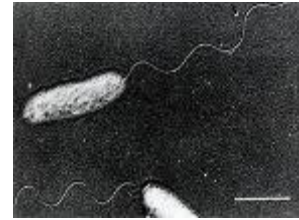
生肉・生魚・卵などに付いている食中毒菌



腸管出血性大腸菌



カンピロバクター



腸炎ビブリオ



サルモネラ

予防方法

中心まで火を通す

- ▶肉・魚・卵などの原材料は食中毒菌に汚染されている可能性がある。
- ▶これらの食品を扱う場合は特に注意してしっかり加熱する。

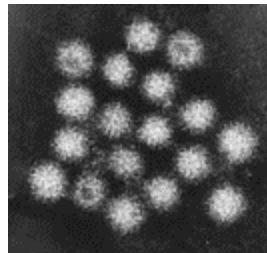
参 考 資 料

食材別等の食中毒予防のポイント

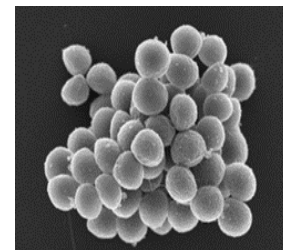
手から食品にうつる食中毒菌



腸管出血性大腸菌



ノロウイルス



黄色ブドウ球菌

予防方法

しっかりと手を洗う

- ▶ 化膿した傷口や、おでき、手指などには黄色ブドウ球菌がいる。また、食中毒にかかった人のふん便からは食中毒菌やウイルスが排出されるため、それらの菌やウイルスが手に付いている可能性がある。
- ▶ 手袋や清潔な器具を使用して、食品を汚染しないよう注意して作業する。

参 考 資 料

食材別等の食中毒予防のポイント

長時間室温放置が危険な食中毒菌



ウエルシュ菌



セレウス菌

予防方法

当日調理・素早く提供

- ▶これらの菌は「芽胞」という細菌の種のようなものをつくる。この「芽胞」は加熱しても壊れずに、調理後の食品中で大量に増えて食中毒を起こす可能性がある。
- ▶**前日調理をせず**、加熱調理後はすぐに提供するようにする。

参 考 資 料

どんな食品で食中毒が起きているのか① — 食肉・卵 —

種 類	特 徴	原 因 食 品	予 防 方 法
カンピロバクター食中毒	<ul style="list-style-type: none">・牛、豚、鶏などの腸管内に存在する・少量の菌量でも発症する・10℃以下で長時間生存する	<ul style="list-style-type: none">・食肉(特に鶏肉)の生食、又は加熱不足・家畜の糞尿に汚染された水	<ul style="list-style-type: none">・生食はしない・中心部で75℃1分間以上の加熱
腸管出血性大腸菌食中毒 O157 O26 など	<ul style="list-style-type: none">・牛の腸管内に存在する・ベロ毒素を産生する・少量の菌量でも発症する・ヒトーヒト感染する	<ul style="list-style-type: none">・家畜(特に牛)の糞便に汚染された食肉、生野菜、水	<ul style="list-style-type: none">・生食はしない・中心部で75℃1分間以上の加熱
サルモネラ食中毒	<ul style="list-style-type: none">・牛・豚・鶏などの腸管内に存在する・鶏卵が汚染される	<ul style="list-style-type: none">・食肉や卵の生食、又は加熱不足・二次汚染された食品	<ul style="list-style-type: none">・生食はしない・中心部で75℃1分間以上の加熱・卵の割置きはしない

参 考 資 料

どんな食品で食中毒が起きているのか② — 魚介類 —

種 類	特 徴	原 因 食 品	予 防 方 法
腸炎ビブリオ食中毒	<ul style="list-style-type: none">・海水中や海泥中に存在する・海水温度が20℃以上、気温が15℃以上になると増殖する（夏期に集中する）	<ul style="list-style-type: none">・魚介類の刺身・まな板などから二次汚染された野菜の一夜漬け	<ul style="list-style-type: none">・真水で洗う・わずかな時間でも冷蔵（4℃）する
ノロウイルス食中毒	<ul style="list-style-type: none">・汽水域に生息する牡蠣などの二枚貝は汚染されていることがある・ヒトの小腸粘膜でしか増殖できない・少量のウイルス量でも発症する	<ul style="list-style-type: none">・二枚貝の生食・ヒトの手指などから二次汚染された食品	<ul style="list-style-type: none">・手指の洗浄、消毒・生食は避ける・中心部で85℃以上90秒間以上の加熱
アレルギー様食中毒	<ul style="list-style-type: none">・ヒスタジンを多く含む赤身の魚（マグロ、サンマ等）がモルガン菌に汚染され、ヒスタミンが生成される	<ul style="list-style-type: none">・ヒスタミンを高濃度に含む食品	<ul style="list-style-type: none">・温度管理の徹底（再凍結禁止）
アニサキス	<ul style="list-style-type: none">・寄生虫の一種	<ul style="list-style-type: none">・サバ、イカなど刺身	<ul style="list-style-type: none">・目視で除去・-20℃24時間以上の冷凍

参 考 資 料

どんな食品で食中毒が起きているのか③ — 野菜等 —

種 類	特 徴	原 因 食 品	予 防 方 法
ウエルシュ菌食中毒	<ul style="list-style-type: none">・ 土壌や、ヒト、動物の腸管内に存在する・ 芽胞を形成する（耐熱性）・ 生体内で毒素を産生する・ 酸素存在下では増殖しない・ 「加熱済みのものは安全」という常識はあてはまらない	<ul style="list-style-type: none">・ 大量に調理加熱されたカレー、シチュー、めんつゆなど（前日又はそれ以前に調理された食品）	<ul style="list-style-type: none">・ 前日調理はしない・ 一度に大量の食品を調理加熱した場合は小分けをして、急速に冷却する
セレウス菌食中毒	<ul style="list-style-type: none">・ 土壌、水、ほこり等の自然環境や農畜水産物存在する・ 「下痢型」と「嘔吐型」の2つに分類される・ 耐熱性の芽胞を形成する・ 食品内（下痢型）でも生体内(嘔吐型)でも毒素を産生する	<ul style="list-style-type: none">・ 「下痢型」 弁当、プリン等・ 「嘔吐型」 焼飯、ピラフ、焼きそば、スパゲッティ等	<ul style="list-style-type: none">・ 一度に大量の米飯やめん類を調理し、作り置きしない・ 穀類等が原料の食品は、小分けして速やかに低温保存する
腸管出血性大腸菌食中毒	①を参照		

参 考 資 料

どんな食品で食中毒が起きているのか④ — 手作り食品 —

種 類	特 徴	原 因 食 品	予 防 方 法
黄色ブドウ球菌食中毒	<ul style="list-style-type: none">・化膿した傷、おでき、水虫、喉や鼻の中、毛髪に常在している・食品の中で毒素を産生する（毒素は耐熱性）	<ul style="list-style-type: none">・おにぎり、サンドイッチ、和菓子、弁当など（手指などから食品が汚染される）	<ul style="list-style-type: none">・手指などに化膿巣がある場合は食品に直接触ったり、調理をしない・調理にはマスクや帽子を着用する・10℃以下で保存する・作り置きをせず、早く食べる