

# 飲食店の基本原則

## (食中毒予防)

食中毒の原因のほとんどを占めるのが、細菌、ウイルスによるものです。

細菌、ウイルスによる食中毒防止には、次の三つの事項を守ることが有効です。

### 1 清潔 — 細菌、ウイルスをつけない —

食中毒を起こす細菌は、生の肉や魚、野菜などの食材に付いていることがあります。手や調理器具などを介して他の食品を汚染し、食中毒の原因になる場合が非常に多いので注意が必要です。

- 調理の前、トイレの後、ゴミの処理等の後は、その都度手を洗う。
- 調理器具は、目的に応じて使い分け、使用後は洗浄消毒を行い、乾燥させる。
- 冷蔵庫内や調理工程での二次汚染を防ぐ。

### 2 迅速・冷却 — 細菌を増やさない —

細菌は、温度、湿度、栄養などの条件がそろえば、すぐに増殖します。

また、少量でも発症する腸管出血性大腸菌O157やノロウイルスもあるので、増えないからといって油断はできません。

- 食品の表示、消費期限、賞味期限、保存方法を確認して購入する。
- 迅速に調理し、速やかに食事し、細菌に増殖する時間を与えない。
- やむを得ず保管するときは、室温に放置せず、冷蔵庫（10℃以下）又は温度庫（65℃以上）で保管する。
- 調理した食品はすぐに食べるように注意を呼びかける。

### 3 加熱 — 細菌をやっつける —

食中毒を起こす細菌、ウイルスのほとんどは、熱に弱いので、食品の中心部まで十分に加熱しましょう。調理器具や食器などは、洗浄した後、熱湯や塩素系漂白剤などで消毒する必要があります。

- 加熱するときは75℃以上で1分間以上を食品の中心部まで、十分に加熱する。
- 中心温度計で確認する。
- 調理器具などは、洗浄後、熱湯や塩素系漂白剤で消毒する。
- 調理して時間がたったものは再加熱（75℃）する。

#### ● 従事者の健康

調理従事者自身に下痢などの症状があると、手指を介して食品を汚染する可能性が高くなります。自分自身の健康に十分留意するとともに、営業者は従業員の健康を確認するようにしましょう。