

# 認知症カフェ・子ども食堂等 における食中毒防止

おいしく 楽しく 安全に

## 食中毒を発生させる食中毒菌とは！？

- 食品の中で増えてもにおい・色・味が変化しないことが多く 見た目では気づきません。
- 食中毒菌のなかには 少量の菌で発症するものもあります。
- 特に抵抗力が弱い方は 重症になることがあるため より一層の注意が必要です。

## 食中毒防止の3原則

### ①食中毒菌を付けない

細菌が付着した食材、手、調理器具から食品に菌がうつることがあります。

- ☑調理する人は、下痢、嘔吐、発熱などの症状がある時や、手指に傷がある時は調理に従事しないようにしましょう。
- ☑調理する人は、手洗いをこまめに行いましょう。
- ☑食べる人に対し、食事前に必ず手洗いをを行うよう呼びかけましょう。



### ②食中毒菌を増やさない

食品を常温で長時間放置すると菌が増殖します。

- ☑購入した食品は保存方法を守り、適切な温度で保管しましょう。
- ☑調理後は時間を置かずにできる限り早く提供しましょう。



### ③食中毒菌をやっつける

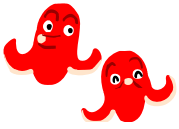
- ☑食品は十分に加熱調理(中心温度75℃で1分間以上)しましょう。

※ノロウイルス食中毒を防止するためには、中心温度85～90℃90秒間以上の加熱が必要です。

## 食事の品目について

- ☑刺身やサラダ等、危害度の高い食品の提供はできる限り控えましょう。

参加者一人ひとりが正しい知識を持って対応することが大切です！  
事故を未然に防止して おいしく、楽しく、安全な活動にしましょう！



# 食品衛生チェックリスト



皆さんで、ぜひ一度チェックしてみてください。

確認事項(各チェック項目について「○」、「△」、「×」を付ける)

No.	チェック項目	結果
1	手洗い設備に石鹸や消毒液、ペーパータオルを備えていますか。	
2	調理場は整理整頓、清掃、消毒を行っていますか。	
3	調理の規模や設備、従事者数等を十分に勘案し、能力に適した食数や献立等にしていますか。	
4	調理する人の健康状態や手指の傷の有無などを点検していますか。	
5	調理する人はこまめに手指の洗浄及び消毒を行っていますか。	
6	調理する人は身だしなみ(爪を短く切る、腕時計や指輪などの装身具を外すなど)を整え、エプロン、マスク、使い捨て手袋等を着用していますか。	
7	食べる人に対し、食事前に必ず手洗いを行うよう呼びかけていますか。	
8	原材料は、品質、鮮度、表示等について点検し、必要な量だけ購入していますか。	
9	購入した食品は保存方法を守って適切な温度で保管されていますか。また、他の食品を汚染しないよう衛生的に保管されていますか。	
10	魚介類や野菜・果物は流水でよく洗っていますか。冷蔵庫・冷凍庫から出した原材料は速やかに下処理や調理を行っていますか。	
11	調理器具等はこまめに洗浄・消毒され、適切に使い分けがされていますか。	
12	作り置きや前日調理は避け、調理後は時間を置かずにできる限り早く提供していますか。また、料理の持ち帰りはさせていませんか。	
13	刺身やサラダ等、危害度の高い食品の提供をできる限り控えていますか。	
14	加熱調理する食品は中心温度75℃で1分間以上(ノロウイルス食中毒を防止するためには中心温度85～90℃で90秒間以上)、十分に加熱していますか。	
	合計(○の数) いくつ○がつけましたか?「14項目すべて○」を目指しましょう。	/14