

今月のテーマ：細菌性食中毒について

夏目前 細菌性食中毒にご注意！

近年の夏は、梅雨明けとともに猛暑日が続くことも珍しくなく、気温30℃を超える日が当たり前になってきました。このような高温多湿の環境は、細菌にとって絶好の繁殖条件となり、食中毒のリスクが一気に高まります。特に細菌性食中毒は、私たちの身近な食品から発生しやすく、油断は禁物です。

本号では、これからの季節に備えて、細菌による食中毒を防ぐための基本的な予防対策についてご紹介します。

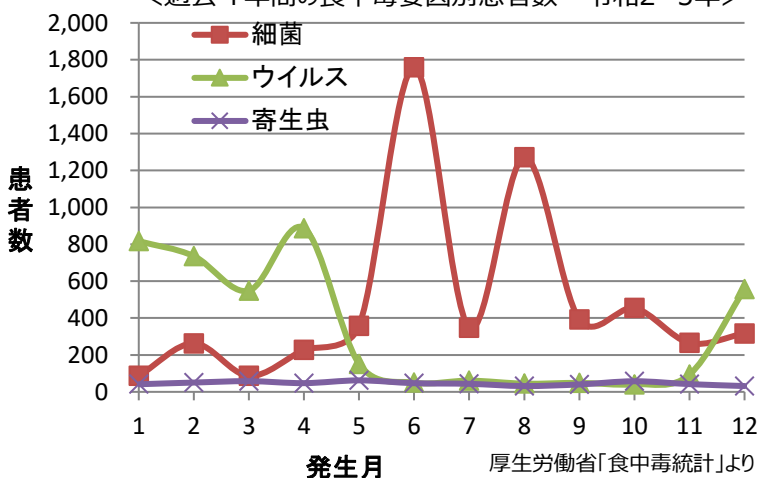


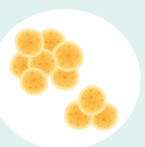
細菌性食中毒とは？

細菌性食中毒とは、食品に付着した細菌やその毒素を摂取することで発症する病気で、腹痛や下痢、発熱などの症状を引き起こします。高温多湿な環境では特に発生しやすく、夏場は注意が必要です。

様々な細菌性食中毒の中でも特に、夏場に注意が必要な細菌は以下の2種類です。

＜過去4年間の食中毒要因別患者数 令和2～5年＞



菌種	特徴	症状	予防のポイント
 黄色ブドウ球菌	・ヒト、動物の皮膚、粘膜に広く分布。 ・熱に強いエンテロトキシンという毒素を産出する。 【主な原因】 おにぎり等の穀類加工品、弁当、調理パン、菓子類。	発症までの時間 1～5時間 症状 激しい嘔吐、腹痛、下痢	・手洗いの励行。 ・手指に傷や化膿創のある人は調理取扱いの禁止。
 ウエルシュ菌	・芽胞形成し、通常の加熱調理によっても生残。 ・酸素がなくても増殖する。 【主な原因】 大量調理されたカレー、弁当、スープなど。	発症までの時間 8～18時間 症状 下痢、腹痛	・食肉、魚介類、野菜などの調理では十分熱を通す。 ・加熱調理後は直ちに短時間で冷却後低温保存する。

細菌性食中毒を予防するには「食中毒予防の3原則」が重要です！

忙しい時こそ
衛生管理を徹底

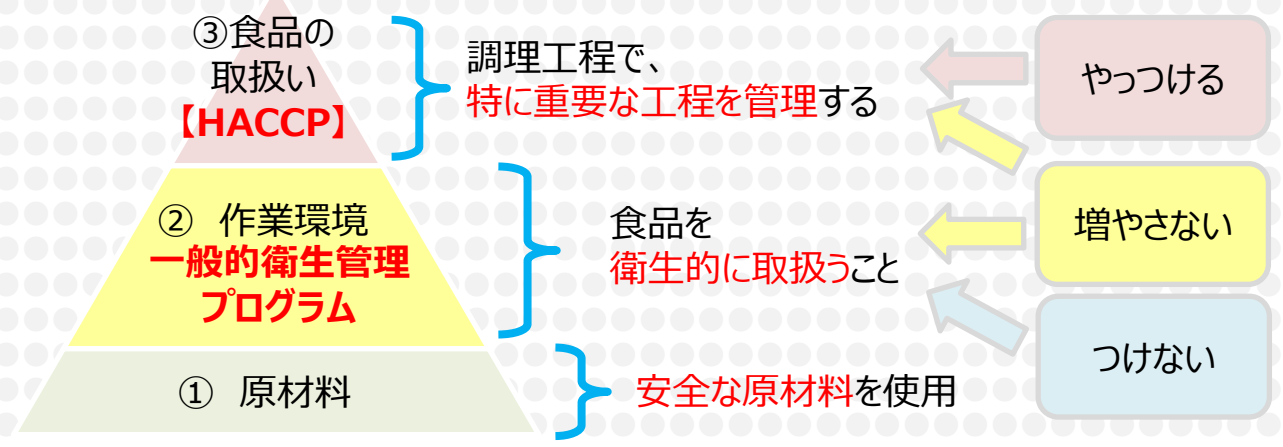
食中毒予防の3原則
「つけない」「増やさない」「やっつける」と
安全衛生（HACCP）のピラミッド



食中毒予防の3原則とHACCPは？

細菌性食中毒の対策といえば、食中毒予防の3原則です。3原則の「つけない」「増やさない」「やっつける」には馴染みがあるが、HACCPはよく分からない方が多いようです。

そこで、食品衛生のピラミッドから食中毒予防の3原則とHACCP管理の違いを見てみると、結局は同じであることが分かります。



食中毒予防の3原則から見るHACCPの計画書

食品衛生協会にて作成されている衛生管理計画書の例としては、以下のように、【一般衛生管理】と【重点管理（HACCP）】の2種類の計画書が作成されています。

食中毒事故対策において、特に重要なポイントに対して、各施設にて管理方法を再度見直し、特に夏場においては、増やさないの部分の取り組みを強化しましょう。

衛生管理計画書
（一般的衛生管理のポイント）

① 一般衛生管理のポイント	
① 原材料の受入の確認	いつ 原材料の納入時 その他（ ） どのように 外観、におい、包装の状態、表示（期限、保存方法）を確認する 増やさない 返品し、交換する
② 庫内温度の確認（冷蔵庫・冷凍庫）	いつ 始業前・作業中・業務終了後・その他（ ） どのように 温度計で庫内温度を確認する（冷蔵：10℃以下、冷凍：-15℃以下） 増やさない 異常の原因を確認、設定温度の再確認／故障の修理、食材の状態に即して使用しない又は加熱して提供
③-1 交差汚染・二次汚染の防止	いつ 始業前・作業中・業務終了後・その他（ ） どのように 冷蔵庫内の保管の状態を確認する 増やさない 生肉等による汚染があった場合は加熱して提供又は使用時に、生肉等が当たらないよう注意し、汚染を防止する
③-2 器具等の洗浄・消毒・殺菌	いつ 始業前・使用後・業務終了後・その他（ ） どのように 使用の前後、まな板、鍋、ボウル等の器具類は、必ず洗浄を行い、消毒する 増やさない 使用後に汚れや洗剤などが残っていた場合は、洗浄、または、すすぎを行い、消毒する
③-3 トイレの洗浄・消毒	いつ 始業前・作業中・業務終了後・その他（ ） どのように トイレの洗浄・消毒を行う 増やさない 特に、便座、水洗パー、手すり、ドアノブ等は、業務中にトイレが汚れていた場合は、洗浄で再消毒する
④-1 従業員の健康管理等	いつ 始業前・作業中・その他（ ） どのように 従業員の体調、手の傷の有無、着衣等の確認を行う 増やさない 消化器症状がある場合は調理作業に従事させない 手洗いの実施 手洗いの実施は全従業員に徹底させる
④-2 手洗いの実施	いつ 始業前・作業中・業務終了後・その他（ ） どのように 衛生的な手洗いを行う 増やさない 作業中に従業員が必要に応じて手洗いを確認した場合には、すぐに手洗いを促す

衛生管理計画書
（重要管理のポイント）

⑤ 重要管理のポイント		
分類	メニュー	チェック方法
非加熱のもの（冷蔵品を冷たいまま提供）	刺身、冷奴	冷蔵庫より取り出した後すぐに提供する
加熱するもの（冷蔵品を加熱し、熱いまま提供）	ハンバーグ	火の強さや時間、肉汁、見た目判断する
	焼き魚	魚の大きさ、火の強さや時間、焼き上がりの触感（弾力）、見た目判断する
加熱した後、高温保管	揚げ物	火の強さや時間、見た目で判断する
	揚げ物	油の温度、揚げ時間、油にのけるチキンの数、見た目で判断する
（加熱した後、高温保管）	煮込みカレー	触感、見た目判断する
加熱後冷却し、再加熱するもの	カレー	速やかに冷却、再加熱時には気泡、見た目判断する
（加熱後、冷却するもの）	ポテトサラダ	速やか
作成日 〇〇〇〇年 〇月 〇日		

増やさない
冷蔵庫の温度管理

つけない
交差汚染・二次汚染の防止

つけない
器具の洗浄・消毒・殺菌

つけない
トイレの洗浄・消毒

つけない
従業員の衛生管理

つけない
手洗いの実施

増やさない
非加熱提供食品の温度管理

やっつける
加熱食品の加熱温度の管理

増やさない
加熱後冷却食品の
冷却時の温度管理