

全員の実施が重要です！

## 個人衛生について

食品取扱事業者は、安全な食品を提供する義務があります。新人、ベテランを問わず、従事者全員が「食品衛生のプロ」の自覚を持って従事することが大切です。

今回は、個人衛生の重要性と、実践のポイントについてご紹介します。



### 個人衛生の重要性

食の安全・安心を守るためには、設備や仕組みだけでなく食品の製造や加工、販売などに携わる人、ひとりひとりの行動が大切です。

たった一人の不注意や気のゆるみのもとで、職場で感染症を拡大させたり、食品事故を起こす恐れがあります。新人やベテラン、アルバイト従業員や一般社員・役職者など、立場の違いに関係なく、それぞれが食品事故発生のリスク要因であることを認識し、行動の目的を理解して取り組みましょう。

### 実践のポイント

会社やお店が行う健康診断や検便を欠かさず受け、自身の健康状態を把握しましょう。

また、牡蠣などの二枚貝は、食べると食中毒になったり、症状があらわれなくてもウイルスを保有してしまう（「不顕性感染」といいます）ことがあるため、食品を取り扱う人は喫食を避けましょう。

下痢が続くときは日頃以上に十分な手洗いを実施し、できるだけ直接食品に触れる作業をせず、早めに医師の診断を受けましょう。

### 身体を清潔に保ちましょう

#### 手洗いを行う

日頃より正しい手洗いを習慣づけましょう。手荒れがある場合はしっかり手入れをしましょう。



#### 爪は短く清潔に保つ

爪のすき間は、ゴミや雑菌がたまりやすく、また、作業時に着用する手袋が破れる恐れがあります。

#### 入浴時にしっかり洗髪し 入社・従事前にはブラッシングする

抜け落ちそうな毛髪をあらかじめ取り除き、異物の混入を防ぎましょう。



## 作業着などは適切に保管・管理しましょう

作業着や帽子、マスクなどは、異物混入や食品の汚染を防ぐために着用します。従事時に清潔なものを着用するため、適切に管理しましょう。



- ・更衣時などに通勤服と作業着を接触させない
- ・着用前の作業着を床などに置かない
- ・開封前の使い捨て作業着も清潔な場所に保管する
- ・破損を見つけたら修繕または交換する



## 作業着を正しく着用しましょう

帽子は、髪のはみ出さないように着用する

マスクは鼻と口、あごまでを覆うように着用し、鼻の周りや頬とマスクの間にすき間を開けない

帽子や作業着に付着した糸くずや毛髪を、粘着ローラーなどで取り除く

過度な化粧を控える、香水をつけない

つけまつげやつけ爪、ラメ入りの化粧品などはふいに取れたり、はがれ落ちて食品に付着、混入する恐れがあります。食品や包装資材はにおいがうつりやすいため、香水の使用はやめましょう

アクセサリ類を外す

私物を持ち込まない

### 《チェックポイント》

- ・セルフチェックの見落としがないか、背中などの見えにくい部分を、近くの人とお互いにチェックを行いましょう
- ・移動や作業に伴う動作で身だしなみの乱れることがあるため、定期的(2時間に1回程度)に身だしなみチェックとローラーがけを行いましょう

## 休憩時などに気をつけること

休憩時などに、脱いだ作業着を適当な場所に置いたり、帽子を作業着のポケットに入れたりすると、糸くずや毛髪などの異物が付着する可能性があります。休憩室や更衣室を定期的に清掃し、清潔な環境を保つとともに、休憩時の一時保管場所を設けるなどの方法で、異物の付着を防ぎましょう。再度、着用する際は、粘着ローラーなどで異物を取り除きます。また、履物は、厨房・作業室用、外履き用、トイレ用など区別されたものに、適宜履き替えましょう。

従事者全員が個人衛生を徹底し、食品事故の防止に努めましょう