

給食協会会員施設で働くあなたの 【食品衛生基礎講座】

2021(令和3)年11月19日(金)開講
鈴木衛生相談所 代表 鈴木 宏

I 食品衛生の基礎

2021年6月に食品衛生法が大改正施行（HACCPシステム導入など）され、食品関係業界は大きな変革の時代です。営業が厳しくなってくると、どうしても売上増に気持ちが向いてしまいます。でも、お客様は安全で美味しい食品やサービスを求めています。

食品関連事業所で怖いのは、今まで築いてきたお客様からの信頼が、たった一つの事故で無になってしまうことです。

「食品関連事業所における食の安全確保」のために食品衛生を考えましょう。一般家庭とは、衛生管理に大きな差があります。

ここで働くあなたは、「なぜ？何のためにするの？」と疑問だらけでしょう。それを理解してもらうために、これから「食品衛生の基礎」を解説します。

II 「食品をより安全にするための5つの鍵」

2001年に「WHO（世界保健機関）」が世界に提唱した、今でも最も正しい食品の安全確保のための考え方です。

かつて「つけない」「増やさない」「やっつける」という「食中毒防止3原則」が基本でした。ところが、「ノロウイルス」や「アニサキス」という細菌以外の病因物質（病気の原因となる微生物などのこと）が猛威をふるっています。

また、「スイセン」や「イヌサフラン」など自然毒による死者の出る事故もあり、今までの「食中毒防止3原則」だけでは、防ぐことができなくなりました。

そこで次の「食品をより安全にするための5つの鍵」

- 1 清潔に保つ
- 2 生の食品と加熱済みの食品を分ける
- 3 よく加熱する
- 4 安全な温度に保つ
- 5 安全な水と原材料を使用する

を守ることとしました。



Ⅲ 清潔に保つ

ノロウイルスは、人以外の生物では増殖することができません。また、低温と乾燥に強く、外界で2か月経っても、たった10～100個で人に感染します。（刻みのり、食パンによる食中毒事例）

個人衛生を徹底する(自身の管理)

かつて、ノロウイルス食中毒の原因食品は、牡蠣や二枚貝の生食・加熱不足のものが多くみられました。しかし、現在は、原因食品が特定できないものが多くなっています。

食品関連事業所従事者が、手のノロウイルスを食品に付着させることによって起きているからです。

それを防ぐために「個人衛生」を徹底する必要があります。

（一般的衛生管理プログラムで「標準作業手順」などが必要）

1 健康チェック

下痢・発熱（37.5℃以上）・咳などの症状はないか、第三者が点検し記録する（止むを得ない場合のみ自己申告）

・症状のある人は調理室・製造室等の作業場に入らない（この症状がある人→食中毒発生・感染症拡大の原因になる人）

速やかに医療機関を受診する（保健所への相談も）

* ノロウイルス等病原微生物陽性の場合、陰性になるまで食品取扱に従事できません

2 身だしなみのチェック

①手に傷や化膿創はないか ②マスク・専用の作業着、履き物は清潔か ③私物等持込み制限を守っているか ④髪の毛が落ちないようにブラシをしたか ④帽子をかぶった後ローラーをかけたか ⑤つめは短く切り、時計・指輪・マニキュアをしていないか

・有害微生物を作業場に持ち込まないために、事業所指定の、清潔な作業衣に着替え、専用の帽子をかぶり、作業靴に履き替える

・微生物汚染や異物混入の原因となる腕時計・アクセサリ等をはずす（香水、付けまつ毛、過度なメイクアップも不可）

3 手指清潔保持(二度連続手洗い)の実行

・「作業場へ入る前・入った直後」と「トイレの後」には必ず「二度連続手洗い」をする

・作業中も適宜 二度連続手洗いを実行する

4 食材や原材料の運搬容器の作業場への持込禁止

・食材や原材料の段ボール箱など運搬容器は、汚染されています。中身だけを専用容器に入替えるなどの衛生措置が必要。

5 検便の実施

・できるだけ「2回/年以上」を実施してください

・事業所によっては、毎月実施しています

項目は、①赤痢菌 ②サルモネラ属菌 ③腸管出血性大腸菌2種以上

（事業所により、毎月実施・夏季の2回/月実施や冬季のノロウイルス実施など）

Ⅳ 生の食品と加熱済みの食品を分ける

未加熱の食品，特に生鮮食品（野菜・食肉・食鳥肉・魚介類）には，常態で微生物が付着しています。そのうち，ごく少量で発症させるウイルスや細菌*は，特に気をつけなければなりません。

* 「付いていただけ食中毒病因物質3兄弟」といいます。

① 長男：ノロウイルス ② 次男：腸管出血性大腸菌（O157等） ③ 三男：カンピロバクター

・ 食品保管は，常に汚染防止のため「密封・密閉」する。

Ⅴ よく加熱する

ほとんどの病原微生物は，加熱されると不活化（殺菌）します。その温度は，微生物によって異なります。

・ 腸管出血性大腸菌，カンピロバクターやサルモネラ属菌などは，食品の中心部を75℃1分以上加熱する

・ ノロウイルスを含む食材（二枚貝など）は，食品の中心部を85～90℃90秒以上加熱する

・ 生の食品を取り扱った調理器具・容器は，速やかに洗浄・消毒（75℃1分以上加熱等）し，清潔に保管する

Ⅵ 安全な温度に保つ

ほとんどの病原微生物は，加熱されると不活化（殺菌）しますが，全滅したわけではありません。生き残った微生物は，水分・栄養分と適当な温度のある食品中で勝手に増殖します。それを防ぐための「温度管理」が必要です。

加熱食品は，加熱後 30分以内に20℃付近 60分以内に10℃付近になるよう急速に冷却する

加熱食品・非加熱摂取食品ともに，提供・出荷するまで次の条件を守ってください。

・ 常温食品は，25℃以下で保存する（理想は，15℃～18℃）

・ 冷たい食品は10℃以下，温かい食品は65℃以上で保存する

・ 冷凍食品は-15℃以下（法定基準），-18℃以下（業界基準）

VII 安全な水と原材料を使用する

国内では、蛇口から出る水は飲める水です。水道事業者が供給する水で「直結」のものはそれに該当します。

水道事業者が供給しても「貯水槽」を経由した水は、その限りではありません。この場合、末端の給水栓で水質基準適合の確認が必要です。また、水源が井戸・湧水等自己水源の場合は、原水・浄水共に決められた頻度での水質基準適合検査と毎日の点検が必要です。

事業所で使用する水が飲用適状態を保っていることを、遊離残留塩素測定（0.1mg/L以上）と色度・濁度・臭気・味・異物混入を、作業場内の給水栓で1回/日以上確認してください。

生鮮食品・加工食品が有毒物質を含むものであって危険です。植物性自然毒、動物性自然毒や放射性物質、食品として必要な基準に適合しているかどうかの確認（検査成績書受領等）が必要です。受入時には「検収」しなければなりません。

過去に企業の存続を揺るがす問題となった、食品期限切れの原材料使用防止です。

一人親方では「自分が分かっているだけでいい」としても、本来は「誰もが認識できる表示」でなければなりません。

受入で確認した食品期限は、保存条件と合わせて、完成品出荷まで担保しなければなりません。当初の「①食品期限」開封時は「②開封日」そしていつまでに使い切るのか「③使用期限」の内部用表示が必要です。

使用期限は、科学的根拠を持って合理的に決めてください。

VIII 出荷基準に適合する食品を作る

食品関連事業所から喫食者（お客様）へ渡すときに、安全な食品であることが証明できなければなりません。

病原微生物のように「見えないもの」が、最も危険です。

「見えるもの」でも、硬質異物（ガラス片、金属片、合成樹脂等）、生物異物（虫、毛髪、原材料由来等）など、危険なものや不快なものがあります。

完成品は、生物的、化学的そして物理的危害が無い「出荷基準に適合した食品」であることが必要です。

さらに、容器入り又は包装された食品は、食品表示法で決められた食品表示基準にも適合していなければなりません。

【表示の要注意項目】

①「特定原材料」表示確認

えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生の7品目は、必須

②「特定原材料に準ずる推奨21品目」表示確認（多くは既に表示されている）

アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン

③食品期限（消費期限、賞味期限）

自主回収等の原因で最も多くあるのが「期限表示間違い」です。2人以上で確認してください。

Ⅸ 自社の製品・販売品を愛する

食品関連事業所従事者が、もっとも必要なことは「自社（の製品・販売品）を愛すること」です。

自社提供食品を「うわべで薦める」場合と「本心から薦める」場合の伝わり方に差が出ます。

利用してくださる人は、かなりの割合でその差を感じ取っていらっしゃいます。テレビショッピングが良い例です。

そこで、従事者は「自社提供食品が一番だ！」ということの本心から伝えられるよう努力しなければなりません。

そのため、ここまでお話した「食品衛生の基礎」をしっかり守り、本当に安全で美味しい食品や最高のサービスをお客様に提供できるよう努めてください。



作成：鈴木衛生相談所 代表 鈴木 宏
e-mail to : hiroshi.suzuki.81@gmail.com
最終改訂 2021年10月25日(月)

2020年 食中毒発生状況

2020(令2)年12月末日

原因物質	静岡県内			日本全国		
	事件	患者	死者	事件	患者	死者
総数	12	284		887	14,613	3
細菌	8	161		273	9,632	
サルモネラ属菌	2	28		33	861	
ぶどう球菌				21	260	
ボツリヌス菌						
腸炎ビブリオ				1	3	
腸管出血性大腸菌 (VT産生)				5	30	
その他の病原大腸菌				6	6,284	
ウェルシュ菌	1	95		23	1,288	
セレウス菌				1	4	
エルシニア ・エンテロコリチカ						
カンピロバクター ・シェジュニ/コリ	5	38		182	901	
ナグビブリオ						
コレラ菌						
赤痢菌						
チフス菌						
パラチフスA菌						
その他の細菌				1	1	
ウイルス	4	123		101	3,701	
ノロウイルス	3	99		99	3,660	
その他のウイルス	1	24		2	41	
寄生虫				395	484	
クドア				9	88	
サルコシスティス						
アニサキス				386	396	
その他の寄生虫						
化学物質				16	234	
自然毒				84	192	3
植物性自然毒				49	127	2
動物性自然毒				35	65	1
その他				3	19	
不明				15	351	

手洗いの山（2回続けて歌って洗う）

《正しい手洗いで、食中毒・感染症を防ぐぞ！！》

Arranged by HeroS 01-August.2009 Sat.

りょうて あわだ
両手をぬらし 泡立てて



て こう ゆびま あら
手の甲，指間を 洗いましょう



ゆびさき おやゆび わす
指先 親指も 忘れずに



てくび あら なが
手首を洗って 流しましょう



にどれんぞくてあら てきじじっこう
二度連続手洗い適時実行を！