

## 食中毒予防の4原則、第1、2原則「持ち込まない」「殺菌する」

新しい年の初めですので、改めて食中毒の予防について2回シリーズで考えてみます。

従来は「細菌を付けない、増やさない、殺してしまう」の3原則と言われていました。今は食品中で増えなくても少量で食中毒を起こすノロウイルスなどが多数を占めるようになり、「持ち込まない」という原則が加わりました。1回目は「持ち持ち込まない」「殺菌する」を取り上げます。

## 調理場に病原微生物を持ち込まないためのポイント

【個人衛生管理点検表の確認】以下のチェックを徹底して持ち込まないようにします。

- **作業前の健康状態チェック**：吐き気や嘔吐、腹痛・下痢などの症状がある人は、食中毒菌やノロウイルスに感染している可能性があります。それらを調理場に持ち込む可能性があります。調理場や作業場に入る前にチェックし、症状がある場合は入らないようにします。また、手指の荒れや化膿傷にも細菌やウイルスが付着していますので、直接食品に触れないようにします。
- **身だしなみのチェック**：従業員の皆さんは、職場に到着するまでに外部でいろいろな有害微生物と接触します。有害微生物を作業場にもち込まないためには、清潔な作業着に着替え、専用の帽子や作業靴に履き替える必要があります。トイレなど汚染されている可能性のある場所に行くときは、必ず着替えや靴の履き替えをしましょう。
- **手洗いのチェック**：手洗いは衛生の基本です。手洗いを徹底することで、有害微生物をもち込まない、微生物汚染を広げない、汚染物をつけない、などに効果があります。作業場に入る際の手洗いは、有害微生物をもち込まないため、トイレの後の手洗いや汚染物に触れた後の手洗いは汚染を広げないため、盛りつけ作業の前の手洗いは汚染物をつけないためのものです。

【原材料の納品・検品の徹底】納入される原材料を検品する際には、品物や賞味期限の確認だけでなく、原材料の表面の汚れなども確認してください。ダンボールやスチロール箱などが汚染されていることもありますので、作業場にそのままもち込まず、専用の容器に入れ替えてください。

## 殺菌(加熱)のポイント

【加熱温度と時間】

- **75℃1分以上の加熱**：O157やその他の食中毒菌は75℃1分以上の加熱で殺菌することができます。中心温度計で3点測り確認し、記録してください。
- **カキ関係は85℃1分以上の加熱**：ノロウイルスはO157より耐熱性があるため、ノロウイルスを保有するカキの殺菌には85℃1分以上の加熱が必要です。カキフライなどは85℃を確認してください。

【加熱する食材でも十分な洗浄】加熱する食材はつい洗浄が不十分になりがちですが、それは危険です。図のように、加熱前の細菌数によって、菌が死滅するまでの時間が異なってきます。加熱するものでも、洗浄を徹底してください。