

夏の食中毒予防！！

第41号

いよいよ梅雨明けし、これから真夏の厳しい暑さが続きます。食中毒菌の増殖に必要なものは「栄養・水分・温度」といわれていますが、もっとも重要なのは30℃から40℃の気温です。夏場は調理場のみならず地域全体が菌を培養する孵卵器（ふらんき）のようになっています。「菌を付けない、増やさない、殺菌する」という食中毒予防の3原則を徹底して食中毒を防ぎましょう。

食中毒予防の3原則を守って

■ 菌を付けないようにする（洗浄・殺菌と二次汚染防止）・・食品に食中毒菌を付けないようにするには、

○ 手洗いを丁寧にする。

- ・ 調理場に入る前、トイレの後、肉や魚に触れた後、作業に入る直前及び調理の前後、作業中2時間に1度してください。

○ 食材や食器に付着する菌を取り除く。

- ・ 生食用野菜は外葉や汚れを除き、流水による水洗い、ピューラックスによる消毒、流水によるすすぎを徹底する。専用(黄色)のまな板・包丁・ザル等を使用し、処理の終わった生野菜はラップして冷蔵庫に保管する。
- ・ 食器や容器は洗浄・消毒を行い、よく乾燥してから食器戸棚等に保管し、使用する前にアルコール殺菌する。

○ 盛り付け時に食品を汚染しない。

- ・ 盛り付け作業者はマスクを着用する。
- ・ 盛り付けは、食品毎に専用の菜箸・トング等を使用するか、衛生手袋を使用する。

■ 菌をやっつける（殺菌する）

食中毒菌をやっつけるには

- 加熱調理は75℃1分の加熱を徹底する。熱の伝わりにくいところを3点測定し、75℃を確認してからさらに1分間加熱する。
- 包丁やまな板に付いている菌をやっつけるには、汚れを落としてから熱湯やピューラックスで消毒する。

汚れが残っていると、殺菌効果が薄れるので、洗浄はていねいに行う。

■ 菌を増やさない（温度管理と迅速な提供）

食中毒菌を増やさないようにするには

- 盛り付け後30分以内に提供する。それ以上かかる場合は、冷たいものは10℃以下、暖かいものは60℃以上で保管し、2時間以内の提供を心がける。
- 食材は短時間でも冷蔵庫に保管する。
- 冷凍食材の解凍は冷蔵庫でじっくり解凍するか、急ぐ場合は包装のまま流水で解凍する。

