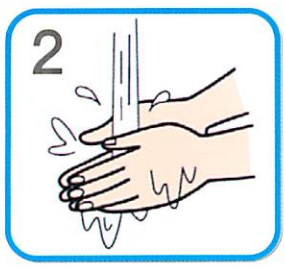
食中毒予防の
基本は『手洗い』です!

手洗いのタイミングは・・・

◆トイレに行ったあと　◆調理施設に入る前　◆料理の盛付けの前　◆次の調理作業に入る前

時計や指輪をはずしたのを確認する

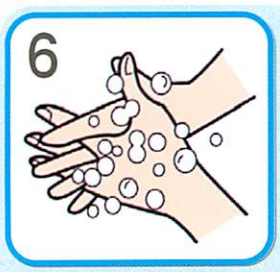


ひじから下を水でぬらす

手洗い石けんをつけて

よく泡立てる

手のひらと甲（5回程度）

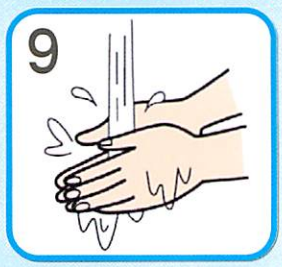


指の間，付け根（5回程度）

親指洗い（5回程度）

指先（5回程度）

手首（5回程度）
腕・ひじまで洗う



水で十分にすすぎ

ペーパータオルでふく
（手指乾燥機で乾燥する）
タオル等の共有はしないこと

蛇口栓にペーパータオルをかぶせて栓を締める

アルコールを噴霧する※
（水分が残っていると効果減）

手指にすり込む（5回）

3〜9までを2回くり返す

2回くり返し，菌やウイルスを洗い流しましょう

※　一般的に，アルコール消毒は細菌性食中毒菌やインフルエンザなどに対しては効果がありますが，ノロウイルスにはあまり効果がないといわれています。

(社)日本食品衛生協会　平成24年度食品衛生指導員巡回指導資料より

食中毒予防のポイント

細菌による食中毒の対策

「増やさない」
◆冷蔵庫内は10℃以下に
◆自然解凍は避ける
◆室温放置しない

どちらにも効果があるもの

「つけない」
◆適切な手洗いの実施
◆器具等の洗浄・消毒
◆交差汚染，二次汚染の防止
◆使い捨て手袋の着用

「やっつける」
◆適切な加熱の実施
中心温度75℃以上で1分間以上
◆ノロウイルスを確実に不活化させるには，
中心温度85〜90℃以上で90秒間以上の加熱が必要

ノロウイルスによる食中毒の対策

ノロウイルス対策には，「増やさない」の代わりに次の2点を！

「持ち込まない」
◆従事者の健康管理
◆感染しないように注意する
◆症状のあるときは，食品の取扱作業に従事しない
◆衛生的な作業服
◆トイレの維持管理，清掃，消毒

「拡げない」
◆手洗い設備の維持管理
◆適切な手洗い（方法・タイミング）の実施
◆器具等の洗浄・消毒
◆おう吐物の適切な処理
◆従事者自らが不顕性感染者である可能性を自覚して行動

福山市保健所・福山食品衛生協会・府中食品衛生協会

見えるところに貼ってお使い下さい