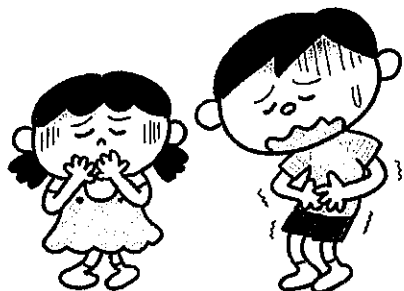


病気・食中毒

食中毒に気をつけよう!

食中毒とは

食中毒とは、病原微生物や毒素(毒物)を飲食物と一緒に体に取り入れ、主に下痢や腹痛、おう吐などの胃腸炎症状を起こすことをいいます。



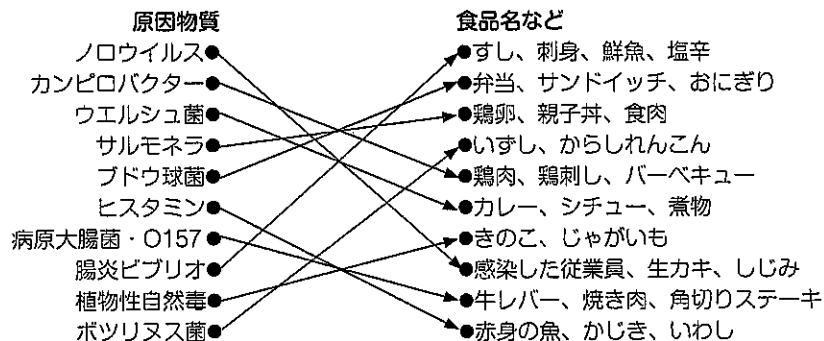
【給食調理室の衛生管理】 笹井勉 (芽ばえ社) より

食中毒の基礎知識

食中毒を起こす物質は、細菌、ウイルス、化学物質、自然毒、寄生虫などがあります。細菌は食品に付着して、繁殖に適した温度と湿度、酸素濃度の条件下で増殖します。多くの細菌は常温、ことに20℃以上で急速に増殖しますが、4℃以下の低い温度でもかなり長い間生きている細菌も存在します。

また、ウイルスは他の生物の細胞を利用して増殖するので、二次感染によっても食中毒が起こります。細菌もウイルスも繁殖に適した条件下では、時間の経過と共に増殖します。調理してから1時間30分ないし2時間を経過した食品は、食べるべきではありません。

食中毒原因物質と起きやすい食品



食中毒予防の4原則

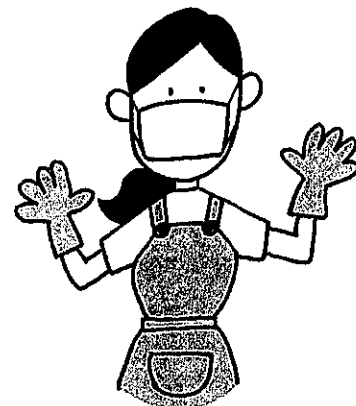
①持ち込まない

体調の悪い人は調理に従事しない、着替え・履き替えの徹底、トイレ後、調理前、盛りつけ前の手洗い(石けんで2度洗いとアルコール消毒)を徹底する。



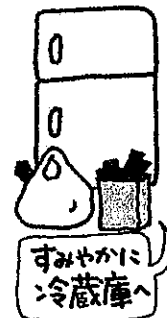
②つけない

盛りつけ時や調理済み食品に素手で触れない、衛生手袋の適正な使用とマスクの着用。



③増やさない(ひろげない)

調理済み食品は提供までの温度管理を徹底し、できるだけ迅速に提供し、喫食するようにする。納品された食材は、検品後速やかに冷蔵庫などに保管。ノロウイルス対策としては、おう吐物の処理やトイレの清掃を適切に行う。



④やっつける(殺菌)

十分な加熱、二枚貝は85℃1分の加熱、食器・器具類の熱湯消毒・乾燥殺菌庫への保管、人の手が触れるドアノブ、テーブルなどの塩素消毒。

