

調理メニューに応じた 衛生管理のポイント

～HACCP（ハサップ）の考え方を取り入れよう～

ハンドブックをお読みにになった皆さんは、食中毒を予防するためのポイントを学び、施設の衛生管理に取り組んでくださっていると思います。

ここでは、さらなるレベルアップを図るため、HACCP（ハサップ）※の考え方に基づく衛生管理のポイントをお伝えします。提供している献立を振り返り、調理工程のどこに危害が潜んでいるのか、何に気をつければいいのか、どんなことを実施すればいいのかを確認しましょう。

HACCPを取り入れるのは難しいの？
何をすればいいの？

3つのステップを行う
ことで、衛生管理を
「見える化」します



ステップ1 衛生管理計画を作成する

ステップ2 実施する

ステップ3 記録・確認する



※ HACCP（ハサップ）とは・・・

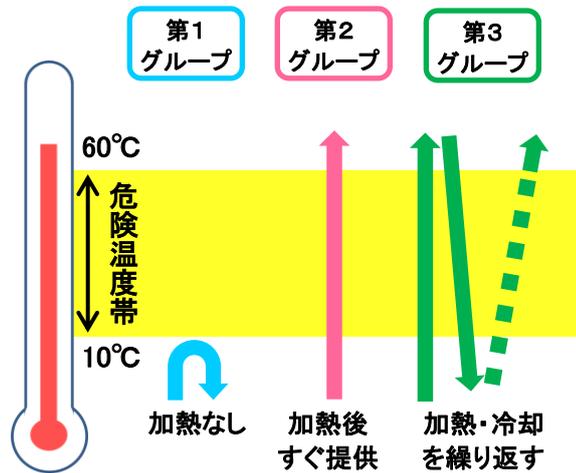
食品を取り扱う全工程の中で、有害な微生物汚染などの危害要因（ハザード）を把握し、それらの危害要因を除去又は低減させるために特に重要な工程を管理し、食品の安全性を確保しようとする衛生管理の手法です。

ハンドブックでお伝えした調理員の健康管理、調理場の洗浄・消毒、手洗いなどの一般的衛生管理に加え、HACCPの考え方を取り入れてメニューに応じた衛生管理を行いましょう。

3つのステップ…その前に

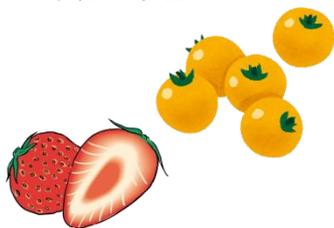
危険温度帯に着目しよう

調理の過程で、食中毒を引き起こす有害な微生物が増殖しやすい危険温度帯（10～60℃）があります。食材や調理品がこの温度帯にどれだけとどまるかで管理のポイントが変わります。そこで、調理中の加熱、冷却、保存等の温度に着目して、施設で提供するメニューを3つのグループに分類してみましょう。



第1グループ 【加熱しないメニュー】

- ・ミニトマト
- ・野菜スティック
- ・果物 など



加熱する工程がないメニューは、食品に有害な微生物を付着させないことが大切です。万が一付着しても増殖させないため、**提供直前まで**冷蔵庫で低温保管しましょう。

生野菜や果物にも有害な微生物がついていることがあります。流水で十分に洗い、必要に応じて次亜塩素酸ナトリウム（食品添加物）で消毒しましょう。

菌を…

付けない

増やさない

第2グループ 【加熱してすぐに提供または加熱後高温保管するメニュー】

- ・焼き魚
- ・ハンバーグ
- ・オムレツ
- ・ごはん など



生肉などは有害な微生物で汚染されている可能性があります。その多くは75℃1分間の加熱で死滅します。そのため、加熱して提供するメニューは、食材の中心部まで十分に火を通すことが大切です。ごはんは、炊き上がりから提供までに時間がかかる場合、高温で保管しましょう。

また、加熱調理後の盛付け時などには、手指や調理器具、お皿を介して食事を汚染しないよう、二次汚染にも注意しましょう。

菌を…

やっつける

付けない

増やさない

※ 加熱調理後に粗熱を取ってすぐに提供する場合も、第2グループに入ります。

第3グループ 【加熱後に冷却し、再加熱または冷たいまま提供するメニュー】

- ・煮物
- ・和え物
- ・寒天ゼリー など



加熱調理したものを長時間室温においておくと、生き残った菌や加熱後に付着した菌が増える危険があります。

冷却する場合は、二次汚染に注意して、危険温度帯に長くとどまらないように、素早く冷却しましょう。保管後に再加熱する場合は、再度十分に加熱しましょう。

菌を…

やっつける

付けない

増やさない

グループごとに調理時の衛生管理計画を作成しよう

ステップ1 衛生管理計画

温度帯に着目して分類したグループごとに、危害を防ぐためのチェック方法と該当するメニューを書き出し、衛生管理計画を作成します。

実際に施設で提供しているメニューはどのグループに当てはまるのか、書き出してみましょう。

【調理時の衛生管理計画（記載例）】

| | 分類 | 管理のポイント | チェック方法 | メニュー |
|------------|---------------------|------------------------------|--|--------------------------|
| 第1 グループ | 加熱しないもの | 菌を 付けない 増やさない | <ul style="list-style-type: none"> ○ 冷蔵庫の温度を確認する ○ 冷蔵庫から取り出したらすぐに提供する | スティック野菜、ミニトマト、梨 |
| 第2 グループ | 加熱してすぐに提供するもの | 菌を やっつける 付けない | <ul style="list-style-type: none"> ○ 火の強さ・加熱時間、中心部の色を確認する | 白身魚のフライ、ハンバーグ、鶏の照り焼き |
| | 加熱後、高温保管するもの | 菌を やっつける 付けない 増やさない | <ul style="list-style-type: none"> ○ 湯気、保温の温度・時間を確認する | 白米、炊き込みご飯 |
| 第3 グループ | 加熱後に冷却し、再加熱するもの | 菌を やっつける 付けない 増やさない | <ul style="list-style-type: none"> ○ 調理後は速やかに冷却する ○ 再加熱時は火の強さ・加熱時間、気泡を確認する | 筑前煮、野菜スープ |
| | 加熱後に冷却し、冷たいまま提供するもの | | <ul style="list-style-type: none"> ○ 調理後は速やかに冷却する ○ 冷蔵庫の温度・冷蔵時間を確認する ○ 冷蔵庫から取り出したらすぐに提供する | ほうれん草の胡麻和え、白菜のおひたし、ミルク寒天 |

作成日 ○年○月○日

作成者サイン 鈴木 たま子

衛生管理計画は、いつ誰が作成したのかわかるようにしておき、定期的に見直しましょう。

多様なメニューに対応できる方法を例示しています。施設で実行可能なチェック方法を検討し、書き出してみましょう。

○ 十分に加熱されているかチェックする方法は？

まずは、十分に加熱されたときの火の強さ、時間、中心部の色などを確認しておきます。この時には、中心部温度を測りながら検証すると良いでしょう。加熱具合は、食品の種類、食材の大きさ、一度に調理する量によっても変わりますので、いろいろ試しながら、施設に合ったチェック方法を見つけましょう。

チェック方法を決めたら、日々の調理の中では、その方法に従って加熱が十分であることを確認しましょう。余裕がある場合は、調理ごとに中心部温度を測ることができればなお良いでしょう。

衛生管理の実施結果を記録し、確認しよう

ステップ2
実施

ステップ3
記録・確認

グループごとに決めたチェック方法に基づき衛生管理を実施したら、記録表に記入し、問題がなかったかどうか確認しましょう。

【記録表（記載例）】

| | 第1グループ | | 第2グループ | | 第3グループ | | 実施者 | 特記事項 | 確認者 |
|-----|---------|---------------|--------------|-----------------|---------------------|----|--------------------------------|-------------|-----|
| | 加熱しないもの | 加熱してすぐに提供するもの | 加熱後、高温保管するもの | 加熱後に冷却し、再加熱するもの | 加熱後に冷却し、冷たいまま提供するもの | | | | |
| 4/1 | ○ 良 否 | ○ 良 否 | ○ 良 否 | ○ 良 否 | ○ 良 否 | 鈴木 | 4/4 ハンバーグの中心部が赤かったため、再加熱して提供した | 4/7 ○ 山口 | |
| 4/2 | ○ 良 否 | ○ 良 否 | ○ 良 否 | ○ 良 否 | ○ 良 否 | 鈴木 | | | |
| 4/3 | ○ 良 否 | ○ 良 否 | ○ 良 否 | ○ 良 否 | ○ 良 否 | 山本 | | | |
| 4/4 | ○ 良 否 | ○ 良 否 | ○ 良 否 | ○ 良 否 | ○ 良 否 | 鈴木 | | | |

十分に出来なかった場合は「否」に○を付け、対処方法を特記事項にメモします。

調理を行い、記録を付けた方がサインします。

記録表は、実施者とは別の方が、週1回程度確認し、サインします。

○ 献立表や給食日誌を活用する方法もあります

実施記録表を新たに作ることが難しければ、既存の献立表や給食日誌にメモを付けるところから始めてみましょう。

- 各グループにA～Eの記号を振り、献立表などのメニュー欄に追記します。
【第1グループ】
A：加熱しないもの
【第2グループ】
B：加熱してすぐに提供するもの
C：加熱後、高温保管するもの
【第3グループ】
D：加熱後に冷却し、再加熱するもの
E：加熱後に冷却し、冷たいまま提供するもの
- 調理後に実施記録を書き込みます。

| 日付 | 献立 | 実施記録 |
|-----|---------------|------|
| 4/1 | ごはん …C | ○ |
| | さばの塩焼き …B | ○ |
| | ほうれん草のおひたし …E | ○ |
| | ワカメスープ …D | ○ |
| | | 鈴木 |

十分に出来なかった場合は「×」を付け、対処方法をメモします。実施者のサインも残しましょう。

東京都多摩府中保健所 食品衛生第一担当
府中市宮西町 1-26-1 (東京都府中合同庁舎内)
☎ 042-362-2334 (代表)

武蔵野三鷹地域センター 食品衛生第二担当
武蔵野市西久保 3-1-22
☎ 0422-54-2209