

# いんしょくてんむしょくひんえいせいかり 飲食店向け 食品衛生管理 ガイドブック

## Food Sanitation Management Guidebook for Restaurants

음식점용 식품위생관리 가이드북 / 面向饮食店的食品卫生管理 指南书 / 面向飲食店的食品衛生管理 指南書



### 【このガイドブックについて】

- ページは、切りとってポスター<=お店にはるもの>としてつかうことができます
- ※のついたことばは、さいごのページにせつめいがあります
- 1 「日本語、英語、韓国語」のページと  
2 「日本語、中国語（簡体字、繁体字）」のページからできています
- 日本語は、文化庁の「在留支援のためのやさしい日本語ガイドライン」の考え方をとりいれています

### 【About the guidebook】

You can tear off individual pages to use as posters.  
Words with an asterisk (\*) are explained on the last page.  
The guidebook consists of one section of Japanese, English, and Korean pages and a second section of Japanese, simplified Chinese, and traditional Chinese pages.  
The Japanese language contained in the guidebook is based on the concept of "Easy Japanese Guidelines for Resident Support" issued by the Agency for Cultural Affairs.

### 【关于本指南书】

- 页面可以剪下来作为海报使用
- ※部分的用语, 在最后一页有说明
- 由1「日语, 英语, 韩语」页面和2「日语, 中文(简体字, 繁体字)」的页面组成
- 日语措辞采用了文化厅的《为在留支援提供的简单日语指导方针》

### 【이 가이드북에 대해】

- 페이지는 잘라서 포스터로 쓸 수 있습니다
- ※가 붙어 있는 말은 마지막 페이지에 설명이 있습니다.
- 1 '일본어, 영어, 한국어'의 페이지와  
2 '일본어, 중국어(간체자, 번체자)' 페이지로 구성되어 있습니다
- 일본어는, 문화청의 '재류 지원을 위한 쉬운 일본어 가이드라인'의 내용을 도입했습니다.

### 【關於本指南書】

- 页面可以剪下来作为海报使用
- ※部分的用语, 在最后一页有说明
- 由1「日语, 英语, 韩语」页面和2「日语, 中文(简体字, 繁体字)」的页面组成
- 日语措辞采用了文化厅的《为在留支援提供的简单日语指导方针》



# はじめに Introduction / 들어가는 말 / 序言 / 序言

みせ しょくちゅうどく た もの びょうき えいせいかんり  
**お店で食中毒※1 <= 食べ物による病気 >をおこさないためには、衛生管理※2 がたいせつです**  
**Hygiene control※2 is important for restaurants/shops to avoid food poisoning.**  
**가게에서 식중독을 일으키지 않으려면 위생관리※2가 중요합니다 / 为了不在店里引起食物中毒, 卫生管理※2 很重要**  
**為了不在店裡引起食物中毒, 衛生管理※2 很重要**

て きれいに あらいます \* しょくひん <= 食べ物 > を たくわん ちようり ※3 します \* ほうちよう・まな板などの調理器具※4 をきれいにします  
 \* お店の中をそうじします \* はたらく人の体のぐあいをチェックします

\* Wash your hands thoroughly.  
 \* Store and prepare※3 foods properly.  
 \* Clean the kitchen utensils※4, such as knives and cutting boards, thoroughly.  
 \* Clean the inside of the restaurant/shop. \* Check the health of staff.

\* 把手洗干净 \* 正确保管食品并烹饪※3  
 \* 将菜刀、砧板等烹饪器具※4 清理干净  
 \* 在店里这样做 \* 检查工作人员的身体状况

\* 손을 깨끗하게 씻습니다  
 \* 식품을 올바르게 보관하고 조리※3합니다  
 \* 식칼, 도마 등의 조리기구※4를 깨끗하게 합니다  
 \* 가게 안을 청소합니다 \* 일하는 사람의 몸 상태를 확인합니다

\* 把手洗乾淨 \* 正確保管食品並烹飪※3  
 \* 將菜刀、砧板等烹飪器具※4 清理乾淨  
 \* 在店裡這樣做 \* 檢查工作人員的身體狀況



## このガイドブックをよんで、安全でおいしい料理をつくってください

**Read the guidebook to allow you to provide safe and delicious food!**  
**이 가이드북을 읽고, 안전하고 맛있는 요리를 만드세요 / 阅读本指南书, 在安全的环境下烹饪美味的料理**  
**閱讀本指南書, 在安全的環境下烹飪美味的料理**

## ガイドブックの内容

- 1 食中毒をふせぐための3つのポイント
- 2 手をあらうタイミング
- 3 手のあらい方
- 4 食品の管理 / 冷蔵庫・冷凍庫の温度管理
- 5 汚れや菌を広げない / 調理器具をあらう・消毒※5 する
- 6 消毒液の作り方 (次亜塩素酸ナトリウム液 NaClO)※6

- 7 トイレそうじのやり方
- 8 トイレのつかい方
- 9 おう吐物、ふん便のそうじのやり方
- 10 はたらく人の健康管理
- 11 HACCP (ハサップ)※7 【営業者向け】
- 12 手のあらい方 (A3判・ポスター)

### Contents of the Guidebook

1. Three points to prevent food poisoning
2. When to wash your hands
3. How to wash your hands
4. Food management/Temperature control of the fridge & freezer
5. Do not spread food drips and spills and germs/ Wash & Disinfect※5 kitchen utensils
6. How to make disinfectant solution. (sodium hypochlorite solution (NaClO))※6
7. How to clean a toilet
8. How to use a toilet
9. How to clean vomit/excrement
10. Staff health management
11. HACCP※7 [For business operators]
12. How to wash your hands (A3 size Poster)

### 指南书的内容

- 1 預防食物中毒的3个要点
- 2 洗手的时机
- 3 洗手的方法
- 4 食品的管理 / 冰箱·冷库的温度管理
- 5 預防脏污和細菌擴散 / 清洗·消毒※5 烹飪用具
- 6 消毒液的製作方法 (次氯酸钠液 NaClO)※6
- 7 廁所的打掃方法
- 8 廁所的使用方法
- 9 嘔吐物、糞便的清理方法
- 10 工作人員的健康管理
- 11 HACCP (危害分析的關鍵控制點)※7 【面向營業者】
- 12 洗手的方法 (A3尺寸·海報)

### 가이드북 내용

- 1 식중독을 막기 위한 3가지 포인트
- 2 손 씻는 타이밍
- 3 손 씻는 방법
- 4 식품 관리/냉장고 및 냉동고의 온도 관리
- 5 오염물이나 균을 늘리지 않는다/조리기구를 씻고 소독※5하기
- 6 소독액 만드는 방법(차아염소산나트륨 NaClO)※6
- 7 화장실 청소 방법
- 8 화장실 쓰는 방법
- 9 구토물, 분변 청소 방법
- 10 일하는 사람의 건강관리
- 11 HACCP ※7 [영업자용]
- 12 손 씻는 방법(A3 사이즈, 포스터)

### 指南書的内容

- 1 預防食物中毒的3个要点
- 2 洗手的時機
- 3 洗手的方法
- 4 食品的管理 / 冰箱·冷库的温度管理
- 5 預防脏污和細菌擴散 / 清洗·消毒※5 烹飪用具
- 6 消毒液的製作方法 (次氯酸钠液 NaClO)※6
- 7 廁所的打掃方法
- 8 廁所的使用方法
- 9 嘔吐物、糞便的清理方法
- 10 工作人員的健康管理
- 11 HACCP (危害分析的關鍵控制點)※7 【面向營業者】
- 12 洗手的方法 (A3 尺寸·海報)

# 食中毒をふせぐための

## 3つのポイント

Three points to prevent food poisoning

식중독을 막기 위한 3가지 포인트

食中毒をおこす菌を...

Against germs that cause food poisoning...

식중독을 일으키는 균을...

つけない! Do not attach! / 묻히지 않는다!

手をあらいます

Wash your hands

손을 씻습니다



調理器具を洗い、

消毒します

Wash and disinfect  
kitchen utensils

조리기구를 씻고 소독합니다



ふやさない! Do not grow! / 늘리지 않는다!

食品をひやします

Refrigerate food

식품을 차갑게 식힙니다



冷蔵<=ひやす>10°C以下

Refrigerator 10°C or below / 냉장 10°C 이하

冷凍<=こおらせる>-15°C以下

Freezer -15°C or below / 냉동 -15°C 이하

やっつける! Kill! / 균을 붙인다!

食品を  
かねつします

Heat food

음식을 가열합니다



食品の中心

75°C、1分以上

In the middle of food, 75°C for 1 minute or longer

식품의 중심 75°C, 1분 이상

1-1 食中毒をふせぐための3つのポイント

1-1 Three points to prevent food poisoning / 1-1 식중독을 막기 위한 3가지 포인트



# 食中毒をふせぐための

## 3つのポイント

予防食物中毒的 3 个要点  
預防食物中毒的 3 個要點

食中毒をおこす菌を…

引发食物中毒的细菌…  
引發食物中毒的細菌…

つけない！ 不沾染細菌！ / 不沾染細菌！

手をあらいます

洗手  
洗手



調理器具をあらい、  
消毒します

清洗・消毒烹飪用具  
清洗・消毒烹飪用具



ふやさない！ 不让細菌增殖！ / 不讓細菌增殖！

食品をひやします

冷鮮保存食品  
冷鮮保存食品



冷蔵  $\leq$  ひやす  $> 10^{\circ}\text{C}$  以下  
冷蔵  $10^{\circ}\text{C}$  以下 / 冷蔵  $10^{\circ}\text{C}$  以下  
冷凍  $\leq$  こおらせる  $> -15^{\circ}\text{C}$  以下  
冷凍  $-15^{\circ}\text{C}$  以下 / 冷凍  $-15^{\circ}\text{C}$  以下

やっつける！ 消灭！ / 消滅！

食品を  
かねつします

加熱食品  
加熱食品



食品の中心  
 $75^{\circ}\text{C}$ 、1分以上  
食品中心  $75^{\circ}\text{C}$  加熱 1 分钟以上  
食品中心  $75^{\circ}\text{C}$  加熱 1 分鐘以上

1-2 食中毒をふせぐための3つのポイント

1-2 預防食物中毒的 3 个要点 / 1-2 預防食物中毒的 3 個要點

# て 手をあらうタイミング

When to wash your hands / 손 씻는 타이밍

つぎのことをはじめ「まえ」や、

「あと」には、<sup>て</sup>手をあらいます

Wash your hands before and after you do the following

다음 것을 시작하기 '전'이나 '후'에는 손을 씻습니다



## この「まえ」に て 手をあらいます

Wash your hands before doing the following

이것을 하기 '전'에 손을 씻습니다

<sup>ちょうり</sup>調理をはじめ

Starting cooking

조리 시작하기



<sup>た</sup>そのまま食べる物を  
<sup>もの</sup>さわ

Touching food  
directly with  
the hands

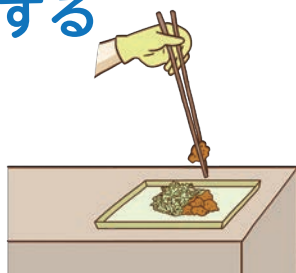
그대로 재료 만지기



もりつけをする

Serving food

그릇에 담기



## この「あと」に て 手をあらいます

Wash your hands after doing the following

이것을 한 '후'에 손을 씻습니다

トイレ

Using toilet

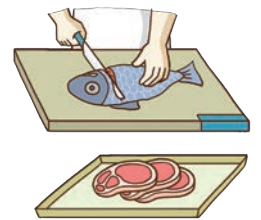
화장실



<sup>にく</sup>肉や<sup>さかな</sup>魚をさわった

Touching meat  
or fish

고기나 생선 만지기



<sup>よご</sup>汚れたものをさわった

Touching dirty/  
filthy things

더러운 것 만지기



そうじ

Doing the cleaning

청소



# て 手をあらうタイミング

洗手的时机 / 洗手的時機

つぎのことをはじめ「まえ」や、

「あと」には、<sup>て</sup>手をあらいます

做以下事情“之前”，需要洗手

做以下事情「之前」和「之後」，需要洗手



## この「まえ」に <sup>て</sup>手をあらいます

做以下事情“之前”，需要洗手

做以下事情「之前」，需要洗手

<sup>ちょうり</sup>調理をはじめ

开始烹饪  
開始烹飪



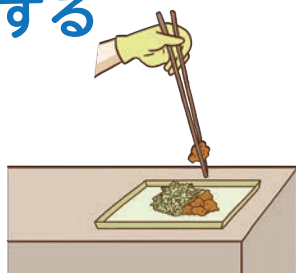
そのまま<sup>た</sup>食べる<sup>もの</sup>物を  
さわる

直接接触食物  
直接接觸食物



もりつけをする

食物装盘  
食物裝盤



## この「あと」に <sup>て</sup>手をあらいます

做以下事情“之后”，需要洗手

做以下事情「之後」，需要洗手

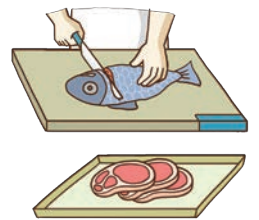
トイレ

上厕所  
上廁所



<sup>にく</sup>肉や<sup>さかな</sup>魚をさわった

接触过生肉和生鱼  
接觸過生肉和生魚



<sup>よご</sup>汚れたものをさわった

接触过脏污  
接觸過臟污



そうじ

清洁  
清潔





# て かた 手のあらい方

How to wash your hands  
손 씻는 방법

## て 手をあらう「まえ」にすること

What to do before washing your hands / 손을 씻기 '전'에 하는 것

つめをきります

Clip your nails  
손톱을 깎습니다

時計や指輪をはずします

Remove your watch and rings  
시계나 반지를 뺍니다



1  
みず て 水で手をあらい、せっけんをつけて手のひら(内)をあらいます  
Wet hands with water and wash palms with soap.  
물로 손을 씻고, 비누로 손바닥(안쪽)을 씻습니다



2  
て こう そと 手の甲(外)をあらいます  
Wash the back of each hand.  
손등(밖)을 씻습니다



3  
ゆび さき あいだ 指先・つめの間をあらいます  
Wash the fingertips and under the nails.  
손가락, 손톱 사이를 씻습니다



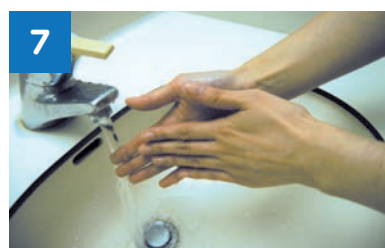
4  
ゆび あいだ 指の間をあらいます  
Wash in between the fingers.  
손가락 사이를 씻습니다



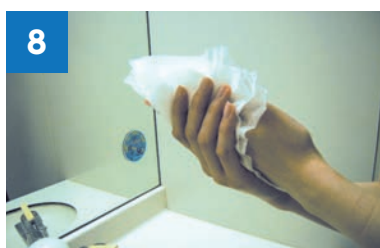
5  
おや ゆび て 親指を手のひらでつつんでねじります  
Wash each thumb by clapping and rotating in the palm of the opposite hand.  
엄지손가락을 손바닥으로 감싸 비틀듯이 문지릅니다



6  
て くび 手首をあらいます  
Wash each wrist.  
손목을 씻습니다



7  
みず 水でながします  
Rinse the hands with water.  
물로 헹굽니다



8  
ペーパータオルやきれいなタオルで手をふきます  
Dry the hands with a paper towel or a clean towel.  
종이 수건이나 깨끗한 수건으로 손을 닦습니다



9  
しょうどく 消毒します  
Disinfect the hands.  
소독합니다

★①～⑦を2回くりかえします

Repeat the process from steps 1 to 7.

①～⑦을 2번 반복합니다

# て かの 手のあらい方

洗手的方法  
洗手的方法

## て 手をあらう「まえ」にすること

洗手“之前”需要做的事 / 洗手「之前」需要做的事

つめを きります

清理指甲 / 清理指甲

時計や指輪をはずします

摘掉手表和戒指 / 摘掉手錶和戒指



1 **水で手を洗い、せっけんをつけて手のひら(内)をあらいます**

用清水洗手，  
使用肥皂清洗掌心（手的内侧）  
用清水洗手，  
使用肥皂清洗掌心（手的内侧）



2 **手の甲(外)をあらいます**

清洗手背（手的外侧）  
清洗手背（手的外侧）



3 **指先・つめの間をあらいます**

清洗手指・指甲缝  
清洗手指・指甲缝



4 **指の間をあらいます**

清洗指间  
清洗指间



5 **親指を手のひらでつつんでねじります**

用手掌包住大拇指，旋转揉搓  
用手掌包住大拇指，旋转揉搓



6 **手首をあらいます**

清洗手腕  
清洗手腕



7 **水でながします**

用水冲洗  
用水冲洗



8 **ペーパータオルやきれいなタオルで手をふきます**

用纸巾或干净的毛巾擦干手上的水  
用纸巾或乾淨的毛巾擦乾手上的水



9 **消毒します**

消毒  
消毒

★①～⑦を2回くりかえします

①～⑦请重复操作2次  
①～⑦請重複操作2次



# 食品の管理

# Food management 식품 관리

仕入れた<=お店に入ってきた>食品にいつもとちがうところがないか確認します

Check whether there is something different or wrong in the purchased food from usual.

가져온 식품에 평소와 다른 게 없는지 확인합니다

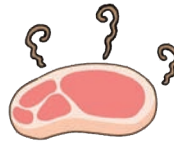
見た目

Looks  
생김새



におい

Smell  
냄새



いつもとちがうところがあればつかいません

If something is different or wrong, do not use it.  
평소와 다른 부분이 있으면 사용하지 않습니다

食品が入っている袋

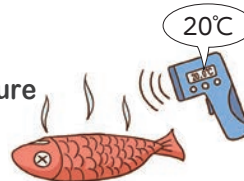
Package of  
the food

식품이 들어있는 봉지



食品の温度

Food temperature  
식품의 온도



期限表示

Expiration  
date

기한 표시



食品の保管<=しまいかた> Food storage / 식품 보관

保存温度<=しまうのに決められた温度>ごとにわけます

(冷蔵・冷凍・常温<=冷蔵も冷凍もしない部屋と同じ温度>)

Separate food by storage temperature  
(Refrigerated, Freezer, Room Temperature)  
보존 온도에 따라 분류합니다 (냉장, 냉동, 상온)

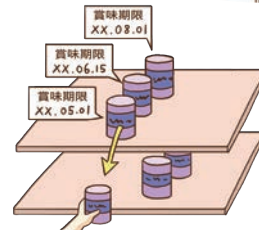


古いものが手前(上)、新しいものが奥(下)に

なるようにならべます(古いものから、先につかいます)

Place old items in front (on top) and new ones to the back (at bottom).  
(Use old items first.)

오래된 것은 앞(위), 새로운 것은 안쪽(아래)가 되도록 진열합니다 (오래된 것부터 먼저 사용합니다)



# 冷蔵庫・冷凍庫の温度管理

Refrigerator/Freezer temperature management / 냉장고, 냉동고의 온도 관리

温度管理をおこない、菌がふえるのを防ぎます

Control the temperatures to prevent germs from growing. / 온도를 관리하고 균이 증식하는 것을 방지합니다

温度をきろくします

(冷蔵: 10°C以下、冷凍: -15°C以下)

Record the temperatures.  
(Refrigerator: 10°C or below, Freezer: -15°C or below)

온도를 기록합니다  
(냉장: 10°C 이하,  
냉동: -15°C 이하)



とびらをすぐしめます

Close the door  
immediately.  
문을 바로 닫습니다



食品をいれすぎないようにします

Do not store too  
much food.  
식품을 과도하게  
넣지 않도록  
합니다



# 食品の管理

食品的管理  
食品的管理

仕入れた<=お店に入ってきた>食品にいつもとちがうところがないか確認します  
 确认进货的食品有无异样  
 確認進貨的食品有無異樣

**見た目**  
 外观  
 外觀



**におい**  
 气味  
 氣味



いつもとちがうところがあればつかいません  
 如果和平时相比有异样则不可使用  
 如果和平时相比有異樣則不可使用

**食品が入っている袋**  
 食品包装袋  
 食品包裝袋



**食品の温度**  
 食品的温度  
 食品的温度

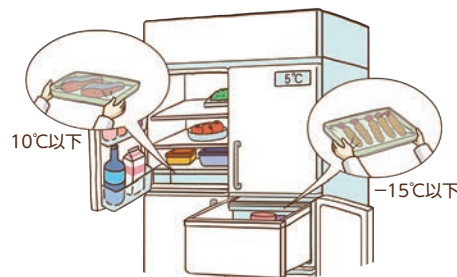


**期限表示**  
 期限表示  
 期限表示

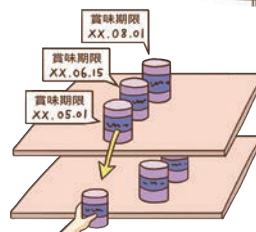


食品の保管<=しまいかた> 食品の保存/食品の保存

**保存温度<=しまうのに決められた温度>ごとにわけます**  
 (冷蔵・冷凍・常温<=冷蔵も冷凍もしない部屋と同じ温度>)  
 根据保存温度每种食品分开保存 (冷藏·冷冻·常温)  
 根據保存溫度每種食品分開保存 (冷藏·冷凍·常温)



**古いものが手前(上)、新しいものが奥(下)になるようにならべます**  
 (古いものから、先につかいます)  
 陈旧的食品放在容易取到的位置 (上层),  
 新鲜的食品放在内侧 (下层) 排列 (先使用陈旧的食品)  
 陳舊的食品放在容易取到的位置 (上層),  
 新鮮的食品放在內側 (下層) 排列 (先使用陳舊的食品)



# 冷蔵庫・冷凍庫の温度管理

冰箱・冷库的温度管理 / 冰箱・冷库的温度管理

温度管理をおこない、菌がふえるのを防ぎます  
 进行温度管理，预防细菌滋生 / 進行溫度管理，預防細菌滋生

**温度をきろくします**  
 (冷蔵: 10°C以下、冷凍: -15°C以下)  
 记录温度  
 (冷蔵: 10°C以下,  
 冷凍: -15°C以下)  
 記錄溫度  
 (冷蔵: 10°C以下,  
 冷凍: -15°C以下)



**とびらをすぐしめます**  
 使用后请立刻关门  
 使用後請立刻關門



**食品をいれすぎないようにします**  
 食品不要囤积太多  
 食品不要囤積太多



# よご きん ひろ 汚れや菌を広げない

Do not spread food drips and spills and germs / 오염물이나 균을 늘리지 않는다

**にく さかな きん しよくひん**  
肉や魚の菌をほかの食品につけないようにします  
Do not let germs from meat and fish contaminate other food.  
고기나 생선의 균에 다른 식품에 묻지 않게 합니다



**にく さかな で しよくひん**  
ドリップ=<肉や魚から出る汁>をほかの食品につけないようにします  
Do not let drips contact other food.  
국물이 다른 식품에 묻지 않게 합니다

**にく さかな ようき**  
①肉や魚はふたのある容器にいれます

Put meat and fish in containers with a lid.  
고기나 생선은 뚜껑이 있는 용기에 넣습니다

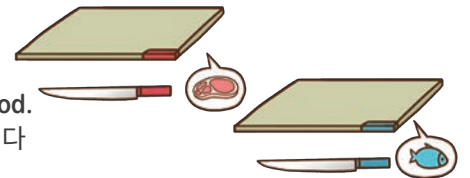
**にく さかな れいぞうこ いちばんした**  
②肉や魚は冷蔵庫の一番下にしまえます

Place meat and fish at the bottom of the refrigerator.  
고기나 생선은 냉장고 제일 아래에 보관합니다



**ちようりきぐ にく さかな**  
調理器具は、「肉だけにつかう」、「魚だけにつかう」ものをきめてほかの食品につかうものとわけます

Separate kitchen utensils for meat only and fish only from those for other food.  
조리기구는 '고기 전용', '생선 전용'을 정해서 다른 식품에 쓰는 것과 분리합니다



# ちようりきぐ しょうどく 調理器具をあらう・消毒する

Wash and disinfect kitchen utensils / 조리기구 씻기·소독하기

**ちようりきぐ よご きん**  
調理器具に汚れや菌がのこらないようにします  
Remove all food residue and germs from kitchen utensils.  
조리기구에 오염물이나 균이 묻지 않게 합니다

**ちようりきぐ しょうどく**  
調理器具をきれいにあらいます。あらったあとに消毒します  
Wash kitchen utensils thoroughly. Disinfect them after washing.  
조리기구를 깨끗하게 씻습니다. 씻은 후에 소독합니다.



**しょうどく かた**  
消毒には、つぎのやり方があります  
There are the following disinfection methods.  
소독을 할 때는 다음과 같이 합니다

**ゆ**  
•あついお湯をつかう

Use boiling water / 뜨거운 물 사용하기

**しょうどくえき じあえんそさん えき**  
•消毒液(次亜塩素酸ナトリウム液(NaClO))をつかう

Use disinfectant (sodium hypochlorite solution (NaClO)). / 소독액(차아염소산나트륨(NaClO)) 사용하기





# よご きん ひろ 汚れや菌を広げない

不要让脏污和细菌扩散 / 不要让脏污和细菌扩散

## にく さかな きん しょくひん 肉や魚の菌をほかの食品につけないようにします

不要让生肉和生鱼的细菌沾染到其他食品上  
不要讓生肉和生魚的細菌沾染到其他食品上



## □ ドリップ <=肉や魚から出る汁>をほかの食品につけないようにします

不要让生肉和生鱼的汁水沾染到其他食品上  
不要讓生肉和生魚的汁水沾染到其他食品上

### ① 肉や魚はふたのある容器にいれます

生肉和生鱼请装在有盖子的容器里  
生肉和生魚請裝在有蓋子的容器里

### ② 肉や魚は冷蔵庫の一番下にしまえます

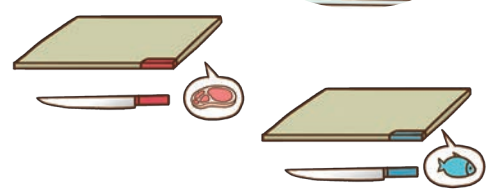
生肉和生鱼请放在冰箱的最下层  
生肉和生魚請放在冰箱的最下層



## □ 調理器具は、「肉だけにつかう」、「魚だけにつかう」

ものをきめてほかの食品につかうものとわけます

料理器具要按照“生肉专用”、“生鱼专用”进行区分，且不能和其他食品用器具混用。  
料理器具要按照「生肉専用」、「生魚専用」進行區分，且不能和其他食品用器具混用。



# ちょう り き ぐ しょう どく 調理器具をあらう・消毒する

清洗・消毒烹饪器具 / 清洗・消毒烹饪器具

## ちょう り き ぐ よご きん 調理器具に汚れや菌がのこらないようにします

不要让烹饪器具被脏污和细菌污染  
不要讓烹飪器具被臟污和細菌污染

## □ 調理器具をきれいにあらいます。あらったあとに消毒します

烹饪器具要清洗干净。清洗后消毒  
烹飪器具要清洗乾淨。清洗後消毒



## □ 消毒には、つぎのやり方があります

消毒可按照以下方法进行  
消毒可按照以下方法進行

### • あついお湯をつかう

使用开水 / 使用開水

### • 消毒液(次亜塩素酸ナトリウム液(NaClO))をつかう

使用消毒液(次氯酸钠溶液(NaClO)) / 使用消毒液(次氯酸钠溶液(NaClO))



# しょう どく えき かた 消毒液のつくり方

じ あ えん そ さん えき  
(次亜塩素酸ナトリウム液:sodium hypochlorite(NaClO))

How to make disinfectant solution (sodium hypochlorite solution (NaClO))

소독액 만드는 방법(차아염소산나트륨:sodium hypochlorite (NaClO))



げん えき  
原液<=うすめるまえの液>  
5~6%の濃度<=液の濃さ>  
Undiluted solution. 5% to 6% solution.  
원액, 5~6%의 농도



うすめてつかいます  
Use diluted solution.  
희석해서 사용합니다

## と ぶつ べん しょうどく やく ▶おう吐物、ふん便の消毒(約0.1%にうすめます)

Disinfection of vomit/ excrement (dilute to about 0.1%)

구토물, 분변 소독(약 0.1%로 희석합니다)



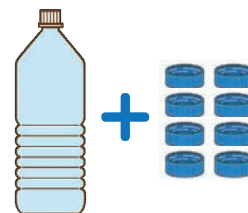
500mLペットボトル1本の水に原液10mL  
(ペットボトルのキャップ2杯)



Dilute 10 mL undiluted solution (two plastic bottle caps) with a 500 mL plastic bottle of water.

500mL 페트병 1개의 물로 원액 10mL  
(페트병 뚜껑 2개분)

2Lペットボトル1本の水に原液40mL  
(ペットボトルのキャップ8杯)



Dilute 40 mL undiluted solution (eight plastic bottle caps) with a 2 L plastic bottle of water.

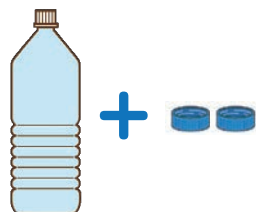
2L 페트병 1개의 물에 원액 40mL  
(페트병 뚜껑 8개분)

## ちやう り き ぐ ふく しょうどく やく ▶調理器具、トイレ、服の消毒(約0.02%にうすめます)

Disinfection of kitchen utensils, toilets, and clothing (dilute to about 0.02%)

조리기구, 화장실, 옷 소독(약 0.02%로 희석합니다)

2Lペットボトル1本の水に原液10mL  
(ペットボトルのキャップ2杯)



Dilute 10 mL undiluted solution (two plastic bottle caps) with a 2 L plastic bottle of water.

2L 페트병 1개의 물에 원액 10mL  
(페트병 뚜껑 2개분)



ほ かん  
保管するとき When storing / 보관할 때



「消毒液」と分かるようにかきます  
Write "Disinfectant" so that you can tell what it is.  
'소독액'이라고 알기 쉽게 적어 놓습니다

# しょう どく えき かた 消毒液のつくり方

じ あ えん そ さん えき  
(次亜塩素酸ナトリウム液: sodium hypochlorite (NaClO))

消毒液的制作方法 (次氯酸钠溶液: sodium hypochlorite (NaClO))

消毒液的製作方法 (次氯酸钠溶液: sodium hypochlorite (NaClO))



げん えき  
原液 <=うすめるまえの液>  
5~6%の濃度 <=液の濃さ>  
原液, 濃度 5~6%  
原液, 濃度 5~6%



うすめてつかいます  
稀釋后使用  
稀釋後使用

## と ぶ つ べん しょうどく やく ▶ おう吐物、ふん便の消毒 (約0.1%にうすめます)

对呕吐物, 粪便进行消毒 (稀釋到約 0.1%)

對嘔吐物, 糞便進行消毒 (稀釋到約 0.1%)

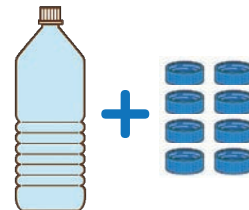


500mLペットボトル1本の水に原液10mL  
(ペットボトルのキャップ2杯)



塑料瓶 500mL 的水加原液 10mL  
(約装满 2 杯塑料瓶瓶盖)  
塑料瓶 500mL 的水加原液 10mL  
(約装满 2 杯塑料瓶瓶盖)

2Lペットボトル1本の水に原液40mL  
(ペットボトルのキャップ8杯)



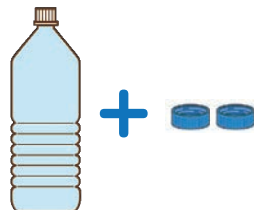
塑料瓶 2L 的水加原液 40mL  
(約装满 8 杯塑料瓶瓶盖)  
塑料瓶 2L 的水加原液 40mL  
(約装满 8 杯塑料瓶瓶盖)

## ちやう り き ぐ ふく しょうどく やく ▶ 調理器具、トイレ、服の消毒 (約0.02%にうすめます)

对烹饪器具, 厕所, 服装进行消毒 (稀釋到約 0.02%)

對烹飪器具, 廁所, 服裝進行消毒 (稀釋到約 0.02%)

2Lペットボトル1本の水に原液10mL  
(ペットボトルのキャップ2杯)



塑料瓶瓶 2L 的水加原液 10mL  
(約装满 2 杯塑料瓶瓶盖)  
塑料瓶瓶 2L 的水加原液 10mL  
(約装满 2 杯塑料瓶瓶盖)



ほ かん  
保管するとき 保存時 / 保存時



「消毒液」と分かるようにかきます  
为了让大家知道这是“消毒液”  
為了讓大家知道這是「消毒液」

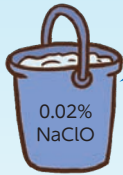


# トイレストライプのやり方 How to clean a toilet 화장실 청소 방법

まいにちそうじをして、きれいにしておきます

Clean your toilet every day to keep it hygienic / 손을 씻기 '전'에 하는 것

0.02% 消毒液  
(0.02% にうすめた次亜塩素酸ナトリウム液)



0.02% 消毒液  
0.02% disinfectant solution / 0.02% 소독액

0.02% disinfectant solution (dilute sodium hypochlorite solution to 0.02% respectively)  
0.02% 소독액  
(0.02% 로 희석한 차아염소산나트륨액)

ぞうきん・布  
Rags and cloths  
걸레, 천

バケツ  
Bucket  
양동이

よういするもの

What you need to have / 준비물

マスク  
Mask  
마스크

てぶくろ  
手袋  
장갑

そうじ用エプロン  
Apron  
앞치마

モップ  
Mop  
대걸레

便器用ブラシ  
Brush for toilet bowls  
변기용 솔



①床のゴミをとります

Wipe the floor.

상 위의 쓰레기를 제거합니다



⑤モップを0.02% 消毒液につけて、  
トイレの床をふきます

Soak a mop in the 0.02% disinfectant solution and wipe the toilet floor.

대걸레에 0.02% 소독액을 묻혀 화장실 바닥을 닦습니다



②布を0.02% 消毒液につけて、  
しぼります

Soak a rag in the 0.02% disinfectant solution and wring it out.

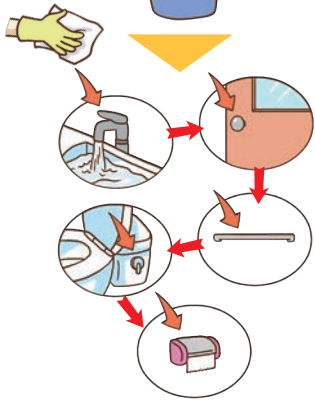
천에 0.02% 소독액을 묻혀 짜냅니다



⑥便器の中を便器用ブラシで  
こすります

Scrub inside the toilet bowls with a brush for toilet bowls.

변기 안을 변기용 솔로 비웁니다



③②の布で水道の取っ手→ドアノブ  
→てすり→水洗レバー→ペーパーホルダーをふきます。10分後に水でぬらした布でふきます(④、⑤も同じ)

Wipe with the rag from step 2 in the order of faucets -> door knobs -> grab bars -> toilet tank levers -> paper holders. Wipe with a cloth wet with water after 10 minutes. (Do the same after steps 4 and 5.)

②의 천으로 수도꼭지→문손잡이→난간→수세식 변기 레버→휴지걸이를 닦습니다. 10분 후에 물에 적신 천으로 닦아냅니다(④, ⑤도 동일)

てでさわるところをふきます  
Wipe where people touch  
손으로 만지는 부분을 닦아냅니다



⑦そうじ用具をかたづけけます。くりかえしつかうそうじ用具は、あらいます。あらったあと、0.02% 消毒液に30分~60分つけます(★)

Put cleaning tools away. Wash the cleaning tools used repeatedly. Soak them in the 0.02% disinfectant solution for 30 to 60 minutes after washing. (★) 청소용 도구를 정리합니다. 반복해서 사용할 청소용 도구는 씻습니다. 씻은 다음 0.02% 소독액에 30분~60분 담급니다(★)



④②の布で手洗器→タンク→フタ  
→便座→便器の外をふきます

Wipe with the rag from step 2 in the order of hand wash basins -> toilet tanks -> toilet lids -> toilet seats -> outside of toilet bowls.

②의 천으로 수세기→탱크→뚜껑→변좌→변기 밖을 닦습니다

汚れが少ないところからふきます  
Wipe less unclean places first.  
이물질이 적은 부분부터 닦습니다



⑧そうじが終わったら、手袋をはずして、手をあらいます

When finished cleaning, remove gloves and wash your hands.

청소가 끝나면 장갑을 벗고 손을 씻습니다

★おう吐物やふん便がついたそうじ用具は0.1% 消毒液につけます  
Soak any cleaning tools with vomit or excrement in the 0.1% disinfectant solution.  
구토물이나 분변이 묻은 청소용 도구는 0.1% 소독액에 담급니다



# トイレストイレそうじのやり方

かた

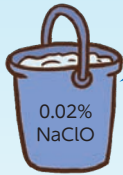
打扫厕所的方法

打掃廁所的方法

まいにちそうじをして、きれいにしておきます

每天打扫，保持干净整洁 / 每天打掃，保持乾淨整潔

0.02% 消毒液  
(0.02%にうすめた次亜塩素酸ナトリウム液)



0.02% 消毒液  
0.02% 消毒液  
0.02% 消毒液

0.02% 消毒液  
(稀釋到 0.02% 的次氯酸钠溶液)  
0.02% 消毒液  
(稀釋到 0.02% 的次氯酸钠溶液)

ぞうきん・布  
抹布、布  
抹布、布



よういするもの

准备用具 / 準備用具

マスク  
口罩  
口罩

てぶくろ  
手袋  
手套  
手套

そうじ用エプロン  
围裙  
圍裙

モップ  
拖把  
拖把

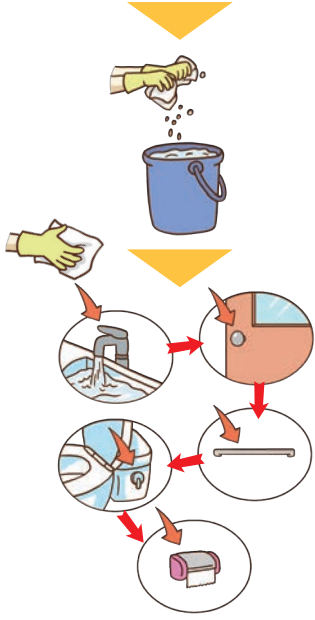
べんきよう  
便器用ブラシ  
洁厕刷  
潔廁刷



①床のゴミをとります  
清理地面的垃圾  
清理地面的垃圾



⑤モップを0.02%消毒液につけて、  
トイレの床をふきます  
用浸泡过 0.02% 消毒液的拖把  
清理厕所的地面  
用浸泡過 0.02% 消毒液的拖把  
清理廁所的地面



②布を0.02%消毒液につけて、  
しぼります  
将抹布用 0.02% 消毒液浸泡并拧干  
将抹布用 0.02% 消毒液浸泡並擰乾



⑥便器の中を便器用ブラシで  
こすります  
使用洁厕刷清理马桶内侧  
使用潔廁刷清理馬桶內側

③②の布で水道の取っ手→ドアノブ  
→てすり→水洗レバー→ペーパーホルダーをふきます。10分後に水でぬらした布でふきます(④、⑤も同じ)  
使用②の抹布按照自来水把手→门把手→扶手  
→冲水阀→厕纸盒的顺序擦拭  
10分钟后用浸过水的湿布擦拭(④、⑤同理)  
使用②的抹布按照自来水把手→門把手→扶手  
→沖水閥→廁紙盒的順序擦拭  
10分鐘後用浸過水的濕布擦拭(④、⑤同理)

手でさわるところをふきます  
擦拭手會觸摸到的地方  
擦拭手會觸摸到的地方



⑦そうじ用具をかたづけれます。くりかえしつかうそうじ用具は、あらいます。あらったあと、0.02%消毒液に30分~60分つけます(★)  
收拾清潔用具由於清潔用具需要反覆使用，所以清洗乾淨後，需要在 0.02% 消毒液中浸泡 30~60 分鐘(★)  
收拾清潔用具由於清潔用具需要反覆使用，所以清洗乾淨後，需要在 0.02% 消毒液中浸泡 30~60 分鐘(★)



④②の布で手洗器→タンク→フタ  
→便座→便器の外をふきます  
使用②の布按照洗手池→马桶水箱→马桶盖→马桶圈→马桶外侧的顺序擦拭  
使用②的布按照洗手池→馬桶水箱→馬桶蓋→馬桶圈→馬桶外側的順序擦拭

汚れが少ないところからふきます  
从脏污较少的地方开始擦拭  
從臟污較少的地方開始擦拭



⑧そうじが終わったら、手袋をはずして、手をあらいます  
打扫完成后，摘掉手套洗手  
打掃完成後，摘掉手套洗手

★おう吐物やふん便がついたそうじ用具は0.1%消毒液につけます  
★沾染呕吐物和粪便的清洁用具需要浸泡在 0.1% 消毒液中  
★沾染嘔吐物和糞便的清潔用具需要浸泡在 0.1% 消毒液中



# トイレルのつかい方 かた

How to use a toilet / 화장실 쓰는 방법

① トイレルはすわってつかいます Sit on the toilet during use / 화장실은 앉아서 사용합니다

ようしき  
＜洋式トイレル＞

Western style / 양식 화장실



わしき  
＜和式トイレル＞

Japanese style / 옛날 화장실



② トイレルトペーパーは水にとけるので、便器にながします みず べんき

Toilet paper is water-soluble. Flush the toilet paper down the toilet.

휴지는 물에 녹으니 변기에 흘려 보냅니다

いがい  
トイレルトペーパー以外のものはながせません

Do not flush items other than toilet paper down the toilet. / 휴지 이외의 것은 넣지 않습니다



③ おわったら水をながします みず

Flush the toilet after using.

끝나면 물을 내립니다

べんき  
便器のふたはしめてながします  
Put the toilet lid down when flushing.  
변기 뚜껑을 닫은 다음 내립니다

かた  
トイレルによってながし方がちがいます  
How to flush a toilet varies depending  
on the toilet.  
화장실에 따라 물 내리는 방법이 다릅니다



かた  
＜ながし方＞ How to flush / 물 내리는 법

レバーをまわします

Turn the lever.

레버를 돌립니다



レバーをおします

Push the lever down.

레버를 누릅니다



手を近づけます て ちか

Hover your hand over the button

손을 가까이 댍니다



ボタンをおします

Push the button

버튼을 누릅니다



④ 手をあらいます て

Wash your hands.

손을 씻습니다





# トイレルのつかい方 かた

使用厕所的方法 / 使用廁所的方法

## ① トイレルはすわってつかいます 请坐着如厕 / 請坐著如廁

ようしき  
**<洋式トイレル>**  
 (西式厕所) / (西式廁所)

わしき  
**<和式トイレル>**  
 (和式蹲厕) / (和式蹲廁)



## ② トイレルーパーは水にとけるので、便器にながします 厕纸可溶于水，请扔进便器用水冲走 / 廁紙可溶於水，請扔進便器用水冲走

いがい  
**トイレルーパー以外のものはながせません**

不可以将厕纸以外的东西扔进便器用水冲 / 不可以將廁紙以外的東西扔進便器用水冲



## ③ おわったら水をながします 使用完后请冲水 / 使用完後請冲水

べんき  
 便器のふたはしめてながします  
 冲水时盖上马桶盖  
 冲水時蓋上馬桶蓋

かた  
 トイレルによってながし方がちがいます  
 根据厕所不同，冲水方式有所不同  
 根據廁所不同，冲水方式有所不同



かた  
**<ながし方>** 冲水方式 / 冲水方式

レバーをまわします

转动冲水阀  
 轉動冲水閥



レバーをおします

按冲水阀  
 按冲水閥



手を近づけます

将手靠近自动感应  
 將手靠近自動感應



ボタンをおします

按按钮  
 按按鈕



## ④ 手をあらいます て

洗手  
 洗手



# と ぶつ べん かた おう吐物・ふん便のそうじのやり方

How to clean vomit and excrement / 구토물·분변 청소 방법

●おう吐物やふん便には、**食中毒をおこす菌やノロウイルス**がいます

There are germs causing food poisoning and norovirus in vomit and excrement. / 구토물이나 분변에는 식중독을 일으키는 균이나 노로 바이러스가 존재합니다

●**そのため、正しいやり方でそうじをします**

Therefore, we must clean them properly. / 그 때문에 올바른 방법으로 청소를 합니다

●**調理をする人はおう吐物・ふん便のそうじをしません**

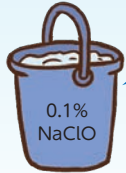
Those who prepare and cook food must not clean vomit or excrement. / 조리하는 이는 구토물·분변 청소를 하지 않습니다



## よういするもの

What you need to have / 준비물

0.1%消毒液  
(0.1%にうすめた次亜塩素酸ナトリウム液)



0.1%消毒液  
0.1% disinfectant solution / 0.1% 소독액

0.1% disinfectant solution  
(0.1% sodium hypochlorite solution)  
0.1% 소독액  
(0.1%로 희석한 차아염소산나트륨액)



バケツ  
Bucket  
양동이

マスク  
Mask  
마스크

手袋  
Gloves  
장갑

靴カバー  
(ビニール袋)  
Shoes cover (plastic bags)  
신발 커버(비닐봉투)

そうじ用エプロン(ガウン)  
Apron  
앞치마



ゴミ用の袋  
Garbage bag  
쓰레기봉투

布・ペーパー  
タオル  
Cloth and paper towel  
천, 종이 수건



## かた そうじのやり方 How to clean / 청소 방법



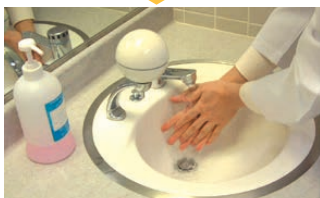
①おう吐物やふん便は、**布(ペーパータオル)**であつめます  
Collect the vomit or excrement using a cloth (paper towel).  
구토물이나 분변은 천(종이 수건)으로 모읍니다



②あつめたおう吐物やふん便は、**布(ペーパータオル)**といっしょにごみ用の袋にいれます。その後、ごみ用の袋の中に**0.1%消毒液**を布(ペーパータオル)がしっかりぬれるまでいれます。/  
Put the vomit or excrement with the cloth (paper towel) inside a garbage bag. Then, put the 0.1% disinfectant solution inside the bag to soak the cloth (paper towel) to be wet enough / 모은 구토물과 분변은 천(종이 수건)과 함께 쓰레기봉투에 넣습니다 그 후 쓰레기봉투 안에 0.1% 소독액을 천(종이 수건)이 젖을 때까지 넣습니다



③**新しい手袋**をします。おう吐物やふん便がついた床とそのまわり(2m)に**0.1%消毒液**でしっかりぬらした布(ペーパータオル)をならべます。その後、ふきます。10分後に水でぬらした布(ペーパータオル)でふきます。/  
Wear different gloves. Put some cloth (paper towel) well soaked with the 0.1% disinfectant solution on the floor where the vomit or excrement was and (2 m) around the spot. Wipe with a cloth (paper towel) wet with water after 10 minutes. / 새 장갑을 착용합니다. 구토물이나 분변이 묻은 마루와 그 주변(2m)에 0.1% 소독액을 제대로 적신 천(종이 수건)을 둡니다. 그 다음 닦아냅니다. 10분 후에 물에 적신 천(종이 수건)으로 닦아냅니다



そうじが終わったら、**手袋をはずして手を洗い、消毒**します。  
手袋、マスク、エプロンは、②のやり方ですてます。

When finished cleaning, remove the gloves and wash your hands. Throw the gloves, mask, and apron away in the same way as Step 2.

청소가 끝나면 장갑을 벗고 손을 씻은 다음 소독합니다 장갑, 마스크, 앞치마는 ②의 방식으로 버립니다

# と ぶつ べん かた おう吐物・ふん便のそうじのやり方

## 嘔吐物・糞便的の清理方法 / 嘔吐物・糞便的の清理方法

●**おう吐物やふん便には、食中毒をおこす菌やノロウイルスがいます**

在呕吐物和粪便中，有会引起食物中毒的细菌和诺瓦克病毒 / 在嘔吐物和糞便中，有会引起食物中毒的细菌和诺瓦克病毒

●**そのため、正しいやり方でそうじをします**

因此，需要用正确的方法进行清理 / 因此，需要用正确的方法进行清理

●**調理をする人はおう吐物・ふん便のそうじをしません**

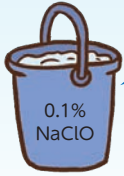
烹饪人员不可以清理呕吐物和粪便 / 烹饪人员不可以清理嘔吐物和糞便



### よういするもの

需要准备物品 / 需要準備物品

0.1% 消毒液  
(0.1%にうすめた次亜塩素酸ナトリウム液)



0.1% 消毒液  
0.1% 消毒液  
0.1% 消毒液

0.1% 消毒液  
(稀釋到 0.1% 的次氯酸钠溶液)  
0.1% 消毒液  
(稀釋到 0.1% 的次氯酸钠溶液)



バケツ  
水桶  
水桶

マスク  
口罩  
口罩

てぶくろ  
手袋  
手套  
手套

くつ  
靴カバー  
(ビニール袋)  
鞋套 (聚乙烯袋)  
鞋套 (聚乙烯袋)



そうじ用エプロン(ガウン)  
围裙  
围裙



ゴミ用の袋  
垃圾袋  
垃圾袋

ぬの  
布・ペーパー  
タオル  
布、纸巾  
布、纸巾

### みず そうじのやり方 清理方法 / 清理方法



① **おう吐物やふん便は、布(ペーパータオル)であつめます**  
用布(纸巾)收集呕吐物和粪便  
用布(纸巾)收集嘔吐物和糞便



② **あつめたおう吐物やふん便は、布(ペーパータオル)といっしょにごみ用の袋にいれます。その後、ごみ用の袋の中に0.1%消毒液を布(ペーパータオル)がしっかりぬれるまでいれます。** / 将收集到中央的呕吐物和粪便以及布(纸巾)一起装进垃圾袋。之后，在垃圾袋中放入 0.1% 消毒液，直至布(纸巾)完全浸湿为止。 / 将收集到中央的嘔吐物和糞便以及布(纸巾)一起裝進垃圾袋。之後，在垃圾袋中放入 0.1% 消毒液，直至布(纸巾)完全浸濕為止。



③ **新しい手袋をします。おう吐物やふん便がついた床とそのまわり(2m)に0.1%消毒液でしっかりぬらした布(ペーパータオル)をならべます。その後、ふきます。10分後に水でぬらした布(ペーパータオル)でふきます。** / 更换新手套。在沾染呕吐物和粪便的地板及其周围(2m)放上用 0.1% 消毒液充分浸湿的布(纸巾)。之后再擦拭。10 分钟后用水浸湿的布(纸巾)擦拭。 / 更换新手套。在沾染嘔吐物和糞便的地板及其周圍(2m)放上用 0.1% 消毒液充分浸濕的布(纸巾)。之後再擦拭。10 分鐘後用水浸濕的布(纸巾)擦拭。



● **そうじが終わったら、手袋をはずして手をあらい、消毒します。**

● **手袋、マスク、エプロンは、②のやり方ですてます。**

清理结束后，摘掉手套，洗手并消毒。手套，口罩，围裙按照 2 的方法丢弃。  
清理結束後，摘掉手套，洗手並消毒。手套，口罩，圍裙按照 2 的方法丟棄。



# はたらく人の健康管理

Staff health management / 일하는 사람의 건강 관리

作業の「まえ」に、はたらく人の体のぐあいをまいにち確認します

Check the health of staff before working every day. / 작업 '전'에 일하는 사람의 몸 상태를 매일 확인합니다

★体のぐあいがわるいときは、責任者につたえます。調理の作業はしません

If you do not feel well, tell the supervisor. You do not prepare or cook food.

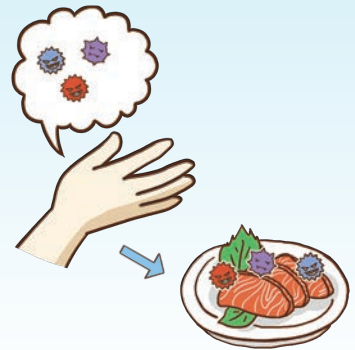
몸 상태가 안 좋을 때는 책임자에게 전달합니다. 조리 작업을 하지 않습니다

下痢をしている、おう吐した、いつもより体温が高い  
You had diarrhea or vomited, or your body temperature is higher than usual.  
설사를 했다, 구토를 했다, 평소보다 체온이 높다

★調理をする人がノロウイルスに感染している<=ウイルスが体の中にある>  
と、手にのこったノロウイルスが食品について、食中毒をおこします

If a person who prepares or cooks food has been infected by a norovirus, the virus left on the hand is transmitted to the food and causes food poisoning.

조리하는 이가 노로 바이러스에 감염되면, 손에 남은 노로 바이러스가 식품에 묻어 식중독을 일으킵니다



作業の「まえ」に確認すること  
What to check before working  
작업 '전'에 확인할 것

つぎのようなときは、気をつけましょう  
You must be careful in the following cases.  
다음과 같은 상황을 조심합니다

体のぐあいがわるい  
You do not feel well  
몸 상태가 안 좋다



調理の作業はしない  
Do not prepare or cook food  
조리 작업을 하지 않는다



手にキズがある  
You have a scar on your hand  
손에 상처가 있다



手袋をつける  
Wear a glove  
장갑을 착용한다



作業服(エプロン)が汚れている  
Your work outfit is dirty. (apron)  
작업복이 더럽다 (앞치마)



きれいな服にきがえる  
Change to a new one. (apron)  
깨끗한 옷으로 갈아입는다 (앞치마)



# はたらく人の健康管理

工作人员的健康管理 / 工作人員的健康管理

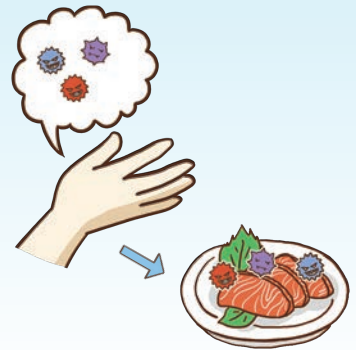
作業の「まえ」に、はたらく人の体のぐあいをまいにち確認します

开始工作“之前”，每天确认工作人员的身体健康状况 / 開始工作「之前」，每天確認工作人員的身體健康狀況

★体のぐあいがわるいときは、責任者につたえます。調理の作業はしません

身体不舒服的时候，要告诉负责人。不要进行烹饪的工作  
身體不舒服的時候，要告訴負責人。不要進行烹飪的工作

下痢をしている、おう吐した、いつもより体温が高い  
腹瀉、嘔吐、体温比平時高  
腹瀉、嘔吐、體溫比平時高



★調理をする人がノロウイルスに感染している<=ウイルスが体の中にある>  
と、手にのこったノロウイルスが食品について、食中毒をおこします

如果烹饪人员感染了诺瓦克病毒，手上残留的诺瓦克病毒会沾染到食品上，引起食物中毒  
如果烹飪人員感染了諾瓦克病毒，手上殘留的諾瓦克病毒會沾染到食品上，引起食物中毒

作業の「まえ」に確認すること

开始工作“之前”需要确认的事项  
開始工作「之前」需要確認的事項

つぎのようなときは、気をつけましょう

如果遇到如下情况，请多加注意  
如果遇到如下情況，請多加注意

体のぐあいがわるい

身体不舒服  
身體不舒服



調理の作業はしない

不要进行烹饪的工作  
不要進行烹飪的工作



手にキズがある

手上有伤口  
手上有傷口



手袋をつける

戴上手套  
戴上手套



作業服(エプロン)が汚れている

工作服脏污(围裙)  
工作服臟污(圍裙)



きれいな服にきがえる

换上干净的工作服(围裙)  
換上乾淨的工作服(圍裙)



# HACCP (ハサップ)

しょくひん ちょうり はんばい う みせ ひと かなら えいせいかんり かた  
食品を調理したり、販売する<=売る>お店の人が必ずおこなう衛生管理のやり方です

HACCP is a hygiene control method for shop/restaurant/business staff who prepare or cook and sell food.

식품을 조리하거나 판매하는<=파는> 가게 사람이 반드시 유의해야 할 위생관리 방법입니다

## いんしょくてん 飲食店でのHACCP HACCP at restaurants / 식품점 내의 HACCP

① **てびきしょ かしよ ほん** ① **手引書<=やり方が書いてある本>をよみます** Read the guidelines. / 안내서를 읽습니다



かんが かた と い えいせいかんり てびきしょ こうせいろうどうしよ  
HACCPの考え方を取り入れた衛生管理手引書 (厚生労働省)

しょうき ぼ いっぽんいんしょくてん じぎょうしゃむ  
【小規模な一般飲食店事業者向け】

Hygiene Control Guidelines based on the HACCP Concept (MHLW). For small general restaurant business operators.

HACCP의 방식을 도입한 위생관리 안내서 (후생노동성)  
‘소규모 일반 음식점 사업자용’

厚生労働省 HACCP手引書 検索



しょくひんえいせいかんり とうきよウト  
食品衛生管理ファイル (東京都)

Food Sanitation Management File (Tokyo Metropolitan Government)

식품위생관리 파일 (도쿄도)

食品衛生の窓 食品衛生管理ファイル 検索



② **みせ えいぎょうしゃ えいせいかんり けいかく** ② **お店の営業者が「衛生管理計画」をつくります**

The business operator prepares the Hygiene Control Plan.

가게 영업자가 ‘위생관리계획’을 세웁니다

しょくちゆうどく  
食中毒をおこさないためには  
どこにきをつけてらよいか  
What do we have to be careful  
about to avoid food poisoning?  
식중독을 일으키지 않으려면  
어디에서 조심을 해야 할까?



③ **みせ ひと さぎょう かた** ③ **お店ではたらく人に作業のやり方をおしえます**

Tell the staff about the hygiene control procedures.

가게에서 일하는 이에게 작업 방법을 가르칩니다



「いつ」、「どのように」、「問題  
があったらどうするか」

When?, How?, What should we  
do when a problem happens?

‘언제’ ‘어떻게’ ‘문제가 있으면  
어떻게 해야 하나’

④ **さぎょう かた えいせいかんり** ④ **作業のやり方にしたい衛生管理をおこないます**

Follow the procedures to maintain hygiene in the workplace.

작업 방법에 따라 위생을 관리합니다

④、⑤は、はたらく人みんなでおこな  
います

Steps 4 and 5 must be done by all staff.

④⑤는 일하는 이 모두가 지킵니다



温度  
OK

⑤ **ひつよう さぎょう ないよう** ⑤ **必要な作業の内容をきろくします**

Keep records of the necessary work.

필요한 작업 내용을 기록합니다

⑥ **と** ⑥ **きろくは取っておきます**

Retain records. / 기록은 보관해 둡니다

⑦ **えいせいかんり けいかく さぎょう かた** ⑦ **「衛生管理計画」の作業のやり方をよりよいものになおします**

Review and improve the procedures in the Hygiene Control Plan. / ‘위생관리계획’ 작업 방법을 더 좋은 방향으로 개선합니다

えいせいかんり けいかく かた ほけんじよ  
衛生管理計画のつくり方やわからないことは保健所にきいてください

For any questions on how to prepare the Hygiene Control Plan or any other questions, please contact your local health authority.

위생관리계획을 세우는 방법이나 모르는 게 있으면 보건소로 문의 바랍니다



# HACCP(ハサツプ)

しょくひん ちょうり はんばい う みせ ひと かなら えいせいかんり かた  
食品を調理したり、販売する<=売る>お店の人が必ずおこなう衛生管理のやり方です

这是烹饪食品、销售食品的店员必须遵守的卫生管理方法  
這是烹飪食品、銷售食品的店員必須遵守的衛生管理方法

## いんしょくてん 飲食店でのHACCP 飲食店的 HACCP / 飲食店的 HACCP

### ① 手引書<=やり方が書いてある本>をよみます 阅读说明书 / 閱讀說明書



HACCPの考え方を取り入れた衛生管理手引書(厚生労働省)

「小規模な一般飲食店事業者向け」  
采用 HACCP 思考方式的卫生管理指南 (厚生劳动省)  
“面向小型一般饮食店经营者”  
採用 HACCP 思考方式的衛生管理指南 (厚生勞動省)  
「面向小型一般飲食店經營者」

厚生労働省 HACCP手引書 検索



食品衛生管理ファイル(東京都)

食品衛生管理文件 (東京都)  
食品衛生管理文件 (東京都)

食品衛生の窓 食品衛生管理ファイル 検索



### ② お店の営業者が「衛生管理計画」をつくります

本店的営業者制定“卫生管理计划”  
本店的營業者制定「衛生管理計劃」

しんちゆうどく 食中毒をおさなうためには  
どこにきをつけたらよいか  
预防食物中毒需要注意哪些  
事項  
預防食物中毒需要注意哪些  
事項



### ③ お店ではたらく人に作業のやり方をおしえます

在店里教给工作人员操作方法  
在店裡教給工作人員操作方法



「いつ」、「どのように」、「問題  
があったらどうするか」  
“何时”、“如何”、“出現問題  
该怎么办”  
「何時」、「如何」、「出現問題  
該怎麼辦」

### ④ 作業のやり方にしたがって衛生管理をおこないます

按照操作方式进行卫生管理  
按照操作方法進行衛生管理

④、⑤は、はたらく人みんなでおこな  
います

④⑤需由工作人员全员进行操作  
④⑤需由工作人員全員進行操作



### ⑤ 必要な作業の内容をきろくします

记录必要的操作内容  
記錄必要的操作內容

### ⑥ きろくは取っておきます

保存记录 / 保存記錄

### ⑦ 「衛生管理計画」の作業のやり方をよりよいものにおします

改善“卫生管理计划”的工作方法 / 改善「衛生管理計劃」的工作方法

衛生管理計画のつくり方やわからないことは保健所にきいてください

关于卫生管理计划的制定方法和不明确的地方请向保健所咨询  
關於衛生管理計劃的制定方法和不明確的地方請向保健所諮詢



# 食品衛生の情報について知りたいときは、東京都のホームページ

## 「食品衛生の窓」をご覧ください

To find information on Food Sanitation, visit Tokyo Food Safety Information Center on the Tokyo metropolitan government's website. / 식품위생정보에 대해 알고 싶으면, 도쿄도 홈페이지의 「식품위생의 창」을 확인 바랍니다. / 如需要了解食品衛生相關的信息, 請瀏覽東京都網站「食品衛生之窗」 / 如需要了解食品衛生相關的信息, 請瀏覽東京都網站「食品衛生之窗」

<https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/shokuhin/>

食品衛生の窓

検索



## 「※」のついたことばのせつめい

### 1 食中毒 (しょくちゅうどく)

細菌やウイルスのついた食品を食べておなかが痛くなる、おう吐する、いつもより体温が高くなるなど体のあいがわるくなること

### 2 衛生管理 (えいせいかり)

食中毒をおこさないために、手をあらう、調理器具をあらう、食べ物をしっかりかたづける、お店の中をそうじすることなど

### 3 調理 (ちょうり)

食品を切る、煮る、焼くなどをして、食べられるようにすること

### 4 調理器具 (ちょうりぎぐ)

ほうちょう、まな板、ポールなど、調理をするときにつかう道具

### 5 殺菌 (ざっきん)・消毒 (しょうどく)

あついお湯や消毒液で細菌やウイルスをやっつけること

### 6 次亜塩素酸ナトリウム液 (sodium hypochlorite

NaClO) (じあえんそさんなりうむえき)

細菌を殺菌する、漂白する<=色を白くする>ためにつかう塩素系の殺菌漂白剤。エタノール (ethanol C<sub>2</sub>H<sub>6</sub>O) とちがい、ノロウイルスも殺菌できます。

### 7 HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Point) (はざつぷ)

衛生管理のやり方。食中毒をおこさないために「気をつけるところ、やり方」、「問題があったときにどうするか」を考えて「衛生管理計画」をつくります。おこなったことをきろくします。

## Explanations of words with an asterisk (\*)

- 1. Food poisoning** Health issues caused by the intake of food with bacteria and viruses, such as stomachache, vomiting, and fever.
- 2. Hygiene control** To wash your hands and kitchen utensils, heat food well, and clean the shop/restaurant to avoid food poisoning.
- 3. Prepare** To make food ready to eat by cutting, boiling, or grilling.
- 4. Kitchen utensils** Knives, cutting boards, bowls, and any other tools when cooking
- 5. Sterilization/ Disinfection** To kill bacteria and viruses with boiling water and disinfectant solutions
- 6. Sodium hypochlorite solution (NaClO)** Chlorine disinfectant bleach to kill bacteria. You can also kill norovirus unlike ethanol (C<sub>2</sub>H<sub>6</sub>O).
- 7. HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Point)** A hygiene control method. You prepare the Hygiene Control Plan considering what to be careful about and the procedures to be taken for that and what to do when an issue arises to avoid food poisoning. You also keep records of what you have done.

## 带「※」词语的说明

- 1 食物中毒** 食用沾染了细菌和病毒的食品后引起的腹痛、呕吐、体温升高等身体不适的状况
- 2 卫生管理** 为了预防食物中毒, 进行洗手、清洗烹饪器具、仔细加热食物。打扫店内等操作
- 3 烹饪** 对食品进行切、煮、烧等操作, 使其能够食用
- 4 烹饪器具** 菜刀、砧板、烹饪用大碗等, 烹饪时使用的器具
- 5 杀菌・消毒** 使用开水和消毒液消灭细菌和病毒
- 6 次氯酸钠溶液 (sodium hypochlorite NaClO)** 用于杀菌, 漂白的氯类杀菌漂白剂。和乙醇 (ethanol C<sub>2</sub>H<sub>6</sub>O) 不同, 可以杀死诺瓦克病毒。
- 7 HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Point)** 卫生管理方法。为了不引起食物中毒, 在考虑“注意点、做法”、“出现问题时怎么办”之后, 制定“卫生管理计划”。记录出现的状况。

## ‘※’가 붙은 말에 대한 설명

- 1 식중독** 세균이나 바이러스가 묻은 식품을 먹고 배가 아프거나 구토를 하거나, 평소보다 체온이 높아지며 몸 상태가 나빠지는 것
- 2 위생관리** 식중독을 일으키지 않기 위해 손을 씻고 조리기구를 씻고 음식을 잘 가열하고, 가게 내부를 청소하는 것 등
- 3 조리** 식품을 자르고, 끓이고, 굽는 것 등을 하여 먹을 수 있는 상태로 만드는 것
- 4 조리기구** 식칼, 도마, 그릇 등과 같이 조리할 때 쓰는 도구
- 5 살균 및 소독** 뜨거운 물이나 소독액으로 세균이나 바이러스를 죽이는 것
- 6 차아염소산나트륨 (sodium hypochlorite NaClO)** 세균을 살균하는, 표백할 때 쓰는 염소계의 살균 표백제. 에탄올 (ethanol C<sub>2</sub>H<sub>6</sub>O) 과 달리 노로 바이러스도 살균이 가능합니다.
- 7 HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Point)** 위생관리의 방법. 식중독을 일으키지 않기 위해 ‘주의해야 할 것, 방법’, ‘문제가 생겼을 때 어떻게 해야 하나’를 생각해 ‘위생관리계획’을 세웁니다. 본인이 한 것을 기록합니다.

## 带「※」词语的说明

- 1 食物中毒** 食用沾染了细菌和病毒的食品后引起的腹痛、呕吐、体温升高等身体不适的状况
- 2 卫生管理** 为了预防食物中毒, 进行洗手、清洗烹饪器具、仔细加热食物。打扫店内等操作
- 3 烹饪** 对食品进行切、煮、烧等操作, 使其能够食用
- 4 烹饪器具** 菜刀、砧板、烹饪用大碗等, 烹饪时使用的器具
- 5 杀菌・消毒** 使用开水和消毒液消灭细菌和病毒
- 6 次氯酸钠溶液 (sodium hypochlorite NaClO)** 用于杀菌, 漂白的氯类杀菌漂白剂。和乙醇 (ethanol C<sub>2</sub>H<sub>6</sub>O) 不同, 可以杀死诺瓦克病毒。
- 7 HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Point)** 卫生管理方法。为了不引起食物中毒, 在考虑「注意点、做法」、「出现问题时怎么办」之后, 制定「卫生管理计划」。记录出现的状况。