



手洗いの時間・回数による効果について

一般的に腸炎ビブリオやサルモネラ等による細菌性食中毒の発生は、それらの増殖に適した夏の高湿・多湿な時期に起こり易いことには変わりありません。下記にお示す「食中毒予防の三原則」の徹底と各自マニュアルに従った丁寧な手洗いを実行して行きましょう。特に石鹼等を用いた手洗いは適切な方法によって付いてしまった汚れはもちろんのこと、細菌やウイルス等を物理的に落とすのに極めて有効であることが第8回東京都食品安全情報評価委員会での報告からも実証されています。

食中毒予防の三原則

原則1: につけない

- 調理の前は必ず石鹼等を用いた手洗いをを行う
- 調理器具は汚れを落としてから消毒をする
- 傷のある手で調理する時は衛生手袋をし、こまめに交換する



原則2: ふやさない

- 冷蔵や冷凍が必要な食材は速やかに各庫内に保管する
- 冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下に維持する
- 調理中の食品や残り物は室温で放置させない
- 自然解凍は止めて電子レンジもしくは冷蔵庫内で解凍を
- 加熱済みだと安心せず、なるべく早く喫食する



原則3: やっつける

- 食品はしっかりと加熱する
- 腸炎ビブリオの場合は中心部65℃1分間以上の加熱で死滅
- サルモネラ、カンピロバクターや腸管出血性大腸菌O157等の場合は中心部75℃1分間以上の加熱で死滅

手洗いの時間・回数による効果について

手洗いの方法

- ① 手洗いなし
- ② 流水で 15 秒間手洗い
- ③ ハンドソープで 10 又は 30 秒揉み洗い後、流水で 15 秒間すすぎ
- ④ ハンドソープで 60 秒揉み洗い後、流水で 15 秒間すすぎ
- ⑤ ハンドソープで 10 秒揉み洗い後、流水で 15 秒間すすぎを 2 回

残存ウイルス数(残存率)

約100万個
約1万個(約1%)
数100個(約0.01%)
数10個(0.001%)
約数個(0.0001%)

※:無菌状態の両手指に計約100万個のネコカリシウイルスを塗り付けての手洗い実験です。

供試株: (ノロウイルスと同科のネコカリシウイルス)

※:手洗いなしと比較した場合です。

※:⑤の方法ではわずか数個となりノロウイルスの食中毒発症に必要な約10個以下となりました
このことからすすぎ洗いが如何に重要であることが分かります。

出典: 第8回東京都食品安全情報評価委員会(平成18年)



登録衛生検査所
株式会社 **中央微生物検査所**
環境サービス事業部

<http://www.chubi.co.jp/>
E-mail shoku@chubi.co.jp

本 社

〒536-0008 大阪市城東区関目5丁目22番23号
TEL.(06)6939-1044
FAX.06-6939-2350

東京営業所

〒105-0012 東京都港区芝大門1丁目3番10号コスモタワービル10階
TEL.(03)5472-7551
FAX.03-5472-7552