

毎日の記録で食中毒を防ごう！ HACCPカレンダー



令和 年 月 ~ 令和 年 月 まで

—施設情報—	
施設名称	
施設所在地	
営業者	
食品衛生責任者	

*このカレンダーの対象事業者は、「飲食店事業者」、「従業員が50人未満の施設」等です
*この食品衛生カレンダーは、厚生労働省ホームページに掲載されている「小規模な一般飲食店事業者向けHACCPの考え方を取り入れた衛生管理のための手引書」の内容を参考としています

HACCPカレンダーの使い方

このカレンダーは「小規模な一般飲食店事業者向けHACCPの考え方を取り入れた衛生管理のための手引書」を参考に、食品等事業者の皆さんが日常的におこなっている衛生管理の計画書を作り、記録をとって「HACCPの考え方を取り入れた衛生管理」の実施を補助するために作成されたものです。このカレンダーを使用して衛生管理に努めましょう。

食中毒を引き起こす「食中毒の原因となる物質」ごとの予防方法は巻末(食中毒のいろいろ)を確認しましょう

①リスクを知る

提供する食品にひそむリスク(危険性)を知って衛生管理方法を考える。

②巻末の「衛生管理計画」をつくる

管理項目の説明は1月～4月にあります

一般衛生管理：取扱い全般にわたって必要な、基本となる一般的な衛生管理

管理項目の説明は5月,8月～10月にあります

重要管理：調理や提供に関する衛生管理の方法を調理工程に応じてグループ別にした衛生管理

③巻末の「衛生管理計画」を実行する

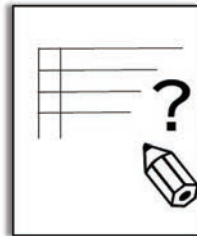
問題があった場合は、責任者への報告も忘れずに！

④点検カレンダーに記録する

- ・毎日「記録」することが重要！
- ・責任者は月に1回以上記録をチェックし、問題があれば速やかに改善する
- ・記録は、最低でも1年間保管する

⑤見直しをする

同じような問題が発生している場合には、原因を調査し、点検項目を再検討する



記入例	一般衛生管理										重要管理				記入者	特記事項				
	A 原材料の状態	B 温度(°C)					C 交差(二次)汚染	D 器具の洗浄消毒	E トイレの洗浄	F 従事者		G 手洗い	1 非加熱	2 加熱			3 加熱→冷却			
		冷蔵庫 10°C以下	冷凍庫 -15°C以下	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫				健康管理	清潔な作業着			2-① 加熱後直ちに			2-② 加熱後保温	3-① 再加熱	3-② そのまま	の加熱→冷却
○	8	-18	8	-18	8	-18	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○			
1	()																			
2	()																			
3	()																			
4	()																			
5	()																			
6	()																			
7	()																			

施設名称: _____ 責任者確認欄: _____

《記入上の注意》
 ・○か×で記入します
 ・特記事項欄には、×となった理由と対応、気がついたことなどを書きましょう

(例)
 ●日 Aさんがトイレの後、手を洗っていなかったため直ちに手洗いをさせた。
 ▲日、ハンバーグの中が赤かったため、再加熱してから提供した。
 ■日、4/6 13時過ぎ、C君からトイレが汚れているとの連絡があったので、清掃し洗剤で洗浄し、消毒ノロウイルス処理キットがないので、念のため購入してください。
 4/7 注文済み 太郎

特記事項

- ・設備機器の故障や原材料の状況、苦情などいつもと違うことが発生したら記入しましょう
- ・あわせていつどのように対応したかを記入しましょう

毎日の点検項目

- ・毎日点検したことを記録しましょう
- ・適切に出来ていれば○、できていなければ×と記入しましょう
- ・不適の項目はすぐに改善しましょう



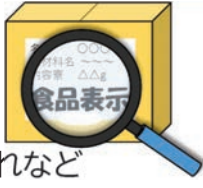
一般衛生管理 原材料の取扱い

A 原材料の受入の確認

例えば…

- いつ?** 納入時
何を? ・外 観：食品の傷、包装のやぶれなど
 ・におい：異臭、いつもと異なるにおい
 ・品 温：保存温度を逸脱していないか
 ・表 示：期限が過ぎていないか

問題があった時は
 返品する、廃棄する、交換する

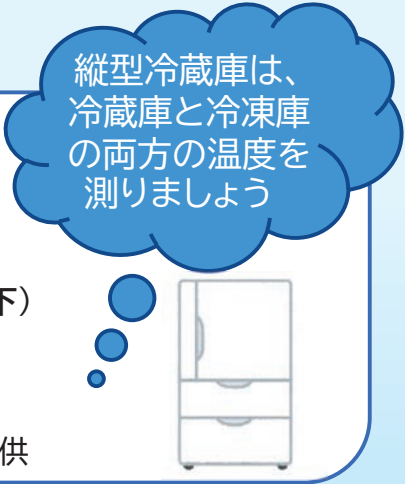


B 冷蔵・冷凍庫の温度の確認

例えば…

- いつ?** 始業前
何を? 温度計で庫内温度を確認
 (冷蔵:10℃以下 冷凍:-15℃以下)

問題があった時は
 温度異常の原因を確認、
 設定温度の調整、故障の場合は修理、
 食材は状態に応じて使用しない又は加熱提供



冷蔵庫か冷凍庫の
 どちらかに○をつけて
 使用しましょう

記入例	A 原材料の状態	一般衛生管理										重要管理				記入者	特記事項			
		B 温度(℃)						C 交差(二次)汚染	D 器具の洗浄消毒	E トイレの洗浄	F 従事者		G 手洗い	1 非加熱	2 加熱			3 加熱⇒冷却		
		冷蔵庫 10℃以下	冷凍庫 -15℃以下	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫				健康管理	清潔な作業着			2-① 加熱後直ちに			2-② 加熱後保温	3-① ↓加熱↓冷却	3-② の加熱↓冷却
1	()	○	8	-18	8	-18	8	-18	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○		
2	()																			
3	()																			
4	()																			
5	()																			

〈記入上の注意〉
 ・○か×で記入します
 ・特記事項欄には、×となった理由と対応、
 気がついたことなどを書きましょう

6	()																			
7	()																			
8	()																			
9	()																			
10	()																			
11	()																			
12	()																			
13	()																			
14	()																			
15	()																			
16	()																			
17	()																			
18	()																			
19	()																			
20	()																			
21	()																			
22	()																			
23	()																			
24	()																			
25	()																			
26	()																			
27	()																			
28	()																			
29	()																			
30	()																			
31	()																			

施設名称:

責任者確認欄:



食品衛生責任者が最終的に記録を確認し、必要に応じて計画や手順書の内容を見直しましょう

C 交差(二次)汚染防止

例えば...

**いつ? 作業中
どのように?**

- ・生肉、鮮魚介類などはふた付き容器に入れ、冷蔵庫の最下段に保管する
- ・まな板や包丁は用途別に使い分ける

問題があった時は

交差汚染があったら必ず加熱提供するまたは使用しない

D 器具等の洗浄・消毒

例えば...

**いつ? 使用後
どのように?**

使用の都度、まな板、包丁、ボウルなどの器具を洗浄・消毒する

問題があった時は

汚れ・洗剤が残っていたら、再度洗浄、すすぎ、消毒する

E トイレの洗浄・消毒

例えば...

**いつ? 終業後
どのように?**

トイレの洗浄・消毒を行う
※特に便座・水洗レバー(スイッチ)、手すり、ドアノブは念入りに洗浄・消毒

問題があった時は

再度、洗浄・消毒する
※清掃の際には、清掃用の作業着などに着替えましょう



記入例	一般衛生管理											重要管理				記入者	特記事項			
	A 原材料の状態	B 温度(°C)						C 交差(二次)汚染	D 器具の洗浄消毒	E トイレの洗浄	F 従事者		G 手洗い	1 非加熱	2 加熱			3 加熱⇒冷却		
		冷蔵庫 10°C以下	冷凍庫 -15°C以下	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫				健康 管理	清潔な 作業着			2-① 加熱後直ちに			2-② 加熱後保温	3-① ↓加熱↓冷却	3-② の加熱↓冷却
1 ()	○	8	-18	8	-18	8	-18	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○		
2 ()																				
3 ()																				
4 ()																				
5 ()																				

〈記入上の注意〉

・○か×で記入します

・特記事項欄には、×となった理由と対応、気がついたことなどを書きましょう

6 ()																					
7 ()																					
8 ()																					
9 ()																					
10 ()																					
11 ()																					
12 ()																					
13 ()																					
14 ()																					
15 ()																					
16 ()																					
17 ()																					
18 ()																					
19 ()																					
20 ()																					
21 ()																					
22 ()																					
23 ()																					
24 ()																					
25 ()																					
26 ()																					
27 ()																					
28 ()																					

F 従事者の健康管理・作業着

例えば・・・

- いつ? 始業前**
何を?
- ・体調不良はないか
 - ・手指に傷はないか
 - ・装飾品をはずしているか
 - ・着衣はきれいか

問題があった時は
 体調不良者は、調理に従事しない、手に傷がある場合は絆創膏と手袋をする、きれいな着衣に交換する



身だしなみチェック



G 衛生的な手洗いの実施

例えば・・・

- いつ?** 作業前、生肉・生魚を扱った後、作業内容変更時、盛り付け前、金銭を触った後、トイレの後、清掃後

どのように?
 専用の手洗設備で洗う
※巻末の「手洗いマニュアル」参照
問題があった時は
 再度手を洗う



記入例	一般衛生管理											重要管理				記入者	特記事項			
	A 原材料の状態	B 温度(℃)						C 交差(二次)汚染	D 器具の洗浄消毒	E トイレの洗浄	F 従事者		G 手洗い	1 非加熱	2 加熱			3 加熱⇒冷却		
		冷蔵庫 10℃以下	冷凍庫 -15℃以下	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫				健康管理	清潔な作業着			2-① 加熱後直ちに			2-② 加熱後保温	3-① ↓加熱↓冷却	3-② の加熱↓冷却
1 ()	○	8	-18	8	-18	8	-18	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○		
2 ()																				
3 ()																				
4 ()																				
5 ()																				

〈記入上の注意〉
 ・○か×で記入します
 ・特記事項欄には、×となった理由と対応、気がついたことなどを書きましょう

6 ()																					
7 ()																					
8 ()																					
9 ()																					
10 ()																					
11 ()																					
12 ()																					
13 ()																					
14 ()																					
15 ()																					
16 ()																					
17 ()																					
18 ()																					
19 ()																					
20 ()																					
21 ()																					
22 ()																					
23 ()																					
24 ()																					
25 ()																					
26 ()																					
27 ()																					
28 ()																					
29 ()																					
30 ()																					
31 ()																					

一般衛生管理 追加項目 (施設に合う項目を追加してみましょう!)

追加項目の例 例えば...

①施設・設備の衛生管理

(整理・整頓・清掃・洗浄・消毒)

いつ? 業務終了後

どのように?

施設設備の清掃を行う

問題があった時は

作業中に施設設備の清掃の不良確認した場合、すぐに清掃を行う



②ねずみ・昆虫対策

いつ? 6月と11月

どのように?

駆除作業を実施する

問題があった時は

作業中にねずみ・昆虫を見つけた時には、可能な限り駆除するとともに繁殖場所や侵入経路を確認し、必要な対策をとる



③廃棄物の取扱い

いつ? 業務終了後

どのように?

廃棄物の管理状況を確認する

問題があった時は

ゴミなどが散乱していた場合は、周囲を清掃し、廃棄物を適切に指定の場所で保管する

記入例	一般衛生管理												重要管理				記入者	特記事項		
	A 原材料の状態	B 温度(°C)						C 交差(二次)汚染	D 器具の洗浄消毒	E トイレの洗浄	F 従事者		G 手洗い	1 非加熱	2 加熱				3 加熱⇒冷却	
		冷蔵庫 10°C以下	冷凍庫 -15°C以下	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫				健康管理	清潔な作業着			2-① 加熱後直ちに	2-② 加熱後保温			3-① ↓加熱↓冷却	3-② の加熱↓冷却
1 ()	○	8	-18	8	-18	8	-18	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○		
2 ()																				
3 ()																				
4 ()																				
5 ()																				

〈記入上の注意〉

・○か×で記入します

・特記事項欄には、×となった理由と対応、気がついたことなどを書きましょう

6 ()																					
7 ()																					
8 ()																					
9 ()																					
10 ()																					
11 ()																					
12 ()																					
13 ()																					
14 ()																					
15 ()																					
16 ()																					
17 ()																					
18 ()																					
19 ()																					
20 ()																					
21 ()																					
22 ()																					
23 ()																					
24 ()																					
25 ()																					
26 ()																					
27 ()																					
28 ()																					
29 ()																					
30 ()																					

施設名称:

責任者確認欄:

5月

重要管理1 冷たいまま提供するメニュー

まずは、メニューを1 非加熱のもの 2 加熱するもの 3 加熱後冷却し再加熱するもの、または、加熱後冷却するもの に分類しましょう

メニューの分類(グループ)	該当するメニュー(例)
第1グループ 非加熱のもの(冷蔵品を冷たいまま提供)	刺身、冷奴、サラダなど
第2グループ 加熱するもの(加熱し、熱いまま提供するもの、または、加熱後高温保管するもの)	ステーキ、焼き魚、焼鳥、ハンバーグ、天ぷら、唐揚げ、ライスなど
第3グループ 加熱後冷却し再加熱するもの、または、加熱後冷却するもの	カレー、スープ、ソース、たれ、おひたし、焼豚など

8月
カレンダー
参照

9月10月
カレンダー
参照

チェック方法 例えば...

・冷蔵庫から取り出したらすぐに提供する
※食材に食中毒を起こす微生物がついていることがあります。汚染されていない食材を使用し、微生物が増えないよう冷蔵庫で保管しましょう。

注意したい食中毒菌
腸炎ビブリオ
腸管出血性大腸菌など



記入例	一般衛生管理													重要管理				記入者	特記事項	
	A 原材料の状態	B 温度(℃)						C 交差(二次)汚染	D 器具の洗浄消毒	E トイレの洗浄	F 従事者		G 手洗い	1 非加熱	2 加熱		3 加熱⇒冷却			
		冷蔵庫 10℃以下	冷凍庫 -15℃以下	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫				健康管理	清潔な作業着			2-① 加熱後直ちに	2-② 加熱後保温	3-① ↓加熱↓再加熱			3-② の加熱↓冷却
1 ()	○	8	-18	8	-18	8	-18	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○		
2 ()																				
3 ()																				
4 ()																				
5 ()																				

〈記入上の注意〉
・○か×で記入します
・特記事項欄には、×となった理由と対応、気がついたことなどを書きましょう

6 ()																				
7 ()																				
8 ()																				
9 ()																				
10 ()																				
11 ()																				
12 ()																				
13 ()																				
14 ()																				
15 ()																				
16 ()																				
17 ()																				
18 ()																				
19 ()																				
20 ()																				
21 ()																				
22 ()																				
23 ()																				
24 ()																				
25 ()																				
26 ()																				
27 ()																				
28 ()																				
29 ()																				
30 ()																				
31 ()																				

施設名称:

責任者確認欄:



6月

テイクアウトでの食中毒を防止しよう

特徴

- 夏場は、食中毒菌が増殖しやすい条件(水分・栄養分・温度)がそろいやすく、一般的な衛生管理が重要となります
- 特にテイクアウトは、調理してから食べるまでの時間が長くなるので注意が必要です

特に注意すべき食中毒菌

- ウエルシュ菌**
長時間常温で放置した煮物やカレー等で起こりやすい
- 腸管出血性大腸菌(O157など)**
肉類の加熱不足、サラダの常温保管等で起こりやすい

加熱が終わったらすぐに粗熱を取って冷蔵保管

野菜も消毒した方が安心

予防のポイント

製造数量は、設備や人的能力等に
応じた無理のない範囲にしましょう

食中毒予防の3原則 **付けない・増やさない・やっつける** を徹底しましょう！

付けない

調理従事者の健康管理と手洗いの徹底 ※必ず専用の手洗い設備を使うこと

増やさない

- 熱いものと冷たいものは別々の容器に盛り付ける
- 当日調理をこころがけ、常温で放置せず、10℃以下または65℃以上で温度管理する
- 食品の保管は、直射日光を避け、適切な温度で行い、長時間に及ばないようにする

やっつける

食品は中心部まで十分に加熱し、生ものや半生など加熱不十分な料理の提供は控える



記入例	一般衛生管理											重要管理				記入者	特記事項			
	A 原材料の状態	B 温度(℃)						C 交差(二次)汚染	D 器具の洗浄消毒	E トイレの洗浄	F 従事者		G 手洗い	1 非加熱	2 加熱			3 加熱⇒冷却		
		冷蔵庫 10℃以下	冷凍庫 -15℃以下	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫				健康管理	清潔な作業着			2-① 加熱後直ちに			2-② 加熱後保温	3-① ↓加熱↓再加熱	3-② の加熱↓冷却
1 ()	○	8	-18	8	-18	8	-18	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○		
2 ()																				
3 ()																				
4 ()																				
5 ()																				

〈記入上の注意〉

- か×で記入します
- 特記事項欄には、×となった理由と対応、気がついたことなどを書きましょう

6 ()																					
7 ()																					
8 ()																					
9 ()																					
10 ()																					
11 ()																					
12 ()																					
13 ()																					
14 ()																					
15 ()																					
16 ()																					
17 ()																					
18 ()																					
19 ()																					
20 ()																					
21 ()																					
22 ()																					
23 ()																					
24 ()																					
25 ()																					
26 ()																					
27 ()																					
28 ()																					
29 ()																					
30 ()																					

施設名称:

責任者確認欄:

肉は中心部までしっかり加熱！！

食肉で起こる食中毒

カンピロバクター食中毒

原因食品：鶏刺し、鶏わさ、鶏レバー刺し、鶏タタキ
 短時間の湯引き・あぶり程度の鶏肉や鶏レバーなど
 ※ギラン・バレー症候群を発症し、神経マヒが残ることがある



腸管出血性大腸菌食中毒(O157)

原因食品：加熱不十分な牛肉、牛レバー、
 洗浄不足の野菜 など



※重症化し死亡することがある

食中毒予防のポイント

- 生肉を扱った器具類や手指は、すぐに洗浄・消毒する
- 中心部までしっかり加熱（75℃以上で1分以上）する
- 焼肉店などでは、生肉専用のさい箸やトングを用意しましょう



No! **牛レバー、豚の食肉(肉、レバーなどの内臓)は生食として提供することが禁止されています！**

記入例	一般衛生管理											重要管理				記入者	特記事項			
	A 原材料の状態	B 温度(℃)						C 交差(二次)汚染	D 器具の洗浄消毒	E トイレの洗浄	F 従事者		G 手洗い	1 非加熱	2 加熱			3 加熱⇒冷却		
		冷蔵庫 10℃以下	冷凍庫 -15℃以下	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫				健康 管理	清潔な 作業着			2-① 加熱後直ちに			2-② 加熱後保温	3-① ↓加熱↓冷却	3-② の加熱↓冷却
1 ()	○	8	-18	8	-18	8	-18	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○		
2 ()																				
3 ()																				
4 ()																				
5 ()																				

〈記入上の注意〉
 ・○か×で記入します
 ・特記事項欄には、×となった理由と対応、気がついたことなどを書きましょう

6 ()																					
7 ()																					
8 ()																					
9 ()																					
10 ()																					
11 ()																					
12 ()																					
13 ()																					
14 ()																					
15 ()																					
16 ()																					
17 ()																					
18 ()																					
19 ()																					
20 ()																					
21 ()																					
22 ()																					
23 ()																					
24 ()																					
25 ()																					
26 ()																					
27 ()																					
28 ()																					
29 ()																					
30 ()																					
31 ()																					

8月

重要管理2 加熱し、熱いまま提供するメニュー

チェック方法 例えば...

メニュー

- 【2-① 加熱し、熱いまま提供するメニュー】
揚げ物(唐揚げ、天ぷら)、焼き物(ステーキ、ハンバーグ、焼鳥)、炒め物(野菜炒め)、蒸し物(シューマイ)など
- 【2-② 加熱後、高温保管し提供するメニュー】
ごはん、ホットケーキなどで保管するメニュー(揚げ物)など

チェック方法

火の強さや時間、見た目、肉汁の色、焼き上がりの触感(弾力)、中心温度 など

※できれば食品の中心温度を確認、記録しましょう
食中毒を起こす微生物を殺菌できる温度(75℃以上を1分以上)まで加熱できているか確認しましょう



注意したい食中毒菌:カンピロバクター、サルモネラ属菌、腸管出血性大腸菌 など

記入例	一般衛生管理											重要管理				記入者	特記事項			
	A 原材料の状態	B 温度(℃)						C 交差(二次)汚染	D 器具の洗浄消毒	E トイレの洗浄	F 従事者		G 手洗い	1 非加熱	2 加熱			3 加熱⇒冷却		
		冷蔵庫 10℃以下	冷凍庫 -15℃以下	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫				健康管理	清潔な作業着			2-① 加熱後直ちに			2-② 加熱後保温	3-① ↓加熱↓冷却	3-② の加熱↓冷却
1 ()	○	8	-18	8	-18	8	-18	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		
2 ()																				
3 ()																				
4 ()																				
5 ()																				

〈記入上の注意〉
 ・○か×で記入します
 ・特記事項欄には、×となった理由と対応、気がついたことなどを書きましょう

6 ()																					
7 ()																					
8 ()																					
9 ()																					
10 ()																					
11 ()																					
12 ()																					
13 ()																					
14 ()																					
15 ()																					
16 ()																					
17 ()																					
18 ()																					
19 ()																					
20 ()																					
21 ()																					
22 ()																					
23 ()																					
24 ()																					
25 ()																					
26 ()																					
27 ()																					
28 ()																					
29 ()																					
30 ()																					
31 ()																					

施設名称:

責任者確認欄:

重要管理3-①

加熱後冷却し再加熱して提供するメニュー

チェック方法 例えば・・・

メニュー

カレー、スープ、ソース など

チェック方法

加熱後速やかに冷却、再加熱時の気泡、見た目、温度 など

ポイント

- ・冷却するとき:10～60℃に長く留まらないように、小分けする
- ・再加熱するとき:加熱むらが起こるので、混ぜながら十分に加熱する

注意したい食中毒菌:ウエルシュ菌など

必ず混ぜながら
グツグツ沸騰するまで
温めましょう

深い鍋には
要注意！！



記入例	一般衛生管理											重要管理				記入者	特記事項			
	A 原材料の状態	B 温度(℃)						C 交差(二次)汚染	D 器具の洗浄消毒	E トイレの洗浄	F 従事者		G 手洗い	1 非加熱	2 加熱			3 加熱⇒冷却		
		冷蔵庫 10℃以下	冷凍庫 -15℃以下	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫				健康管理	清潔な作業着			2-①			2-②	3-①	3-②
															加熱後直ちに			加熱後保温	↓加熱↓再加熱	の加熱↓冷却
1 ()	○	8	-18	8	-18	8	-18	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○		
2 ()																				
3 ()																				
4 ()																				
5 ()																				

〈記入上の注意〉

- ・○か×で記入します
- ・特記事項欄には、×となった理由と対応、気がついたことなどを書きましょう

6 ()																				
7 ()																				
8 ()																				
9 ()																				
10 ()																				
11 ()																				
12 ()																				
13 ()																				
14 ()																				
15 ()																				
16 ()																				
17 ()																				
18 ()																				
19 ()																				
20 ()																				
21 ()																				
22 ()																				
23 ()																				
24 ()																				
25 ()																				
26 ()																				
27 ()																				
28 ()																				
29 ()																				
30 ()																				

施設名称:

責任者確認欄:

重要管理3-②

加熱後冷却して提供するメニュー

チェック方法 例えば...

メニュー

チャーシュー(焼豚)、ゆで卵、おひたし、ゴマ和え、すしだね(加熱したもの)、プリン など

チェック方法のポイント

- ・加熱するとき:十分に加熱(中心部が75℃以上で1分以上、ノロウイルス対策には85~90℃で90秒以上)
- ・冷却するとき:10~60℃に長く留まらないように、小分けする
- ・提供するとき:冷蔵庫から取り出したらすぐに提供する



注意したい食中毒菌:ウエルシュ菌、ノロウイルス(二次汚染)など

記入例	一般衛生管理											重要管理				記入者	特記事項			
	A 原材料の状態	B 温度(℃)						C 交差(二次)汚染	D 器具の洗浄消毒	E トイレの洗浄	F 従事者		G 手洗い	1 非加熱	2 加熱			3 加熱⇒冷却		
		冷蔵庫 10℃以下	冷凍庫 -15℃以下	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫				健康管理	清潔な作業着			2-① 加熱後直ちに			2-② 加熱後保温	3-① ↓加熱↓再加熱	3-② の加熱↓冷却
1 ()	○	8	-18	8	-18	8	-18	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		
2 ()																				
3 ()																				
4 ()																				
5 ()																				

〈記入上の注意〉

- ・○か×で記入します
- ・特記事項欄には、×となった理由と対応、気がついたことなどを書きましょう

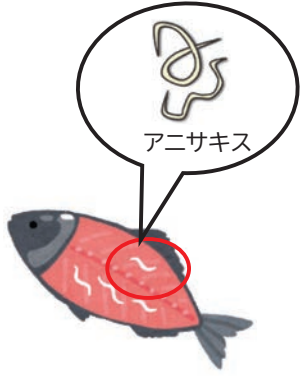
6 ()																				
7 ()																				
8 ()																				
9 ()																				
10 ()																				
11 ()																				
12 ()																				
13 ()																				
14 ()																				
15 ()																				
16 ()																				
17 ()																				
18 ()																				
19 ()																				
20 ()																				
21 ()																				
22 ()																				
23 ()																				
24 ()																				
25 ()																				
26 ()																				
27 ()																				
28 ()																				
29 ()																				
30 ()																				
31 ()																				

施設名称:

責任者確認欄:

アニサキス食中毒の特徴

- 原因食品:
十分に冷凍していない生のサバ、サンマ、カツオ、イワシ、アジ、イカ、ニシンなど
- 症状:
寄生した魚を生で食べた後、多くは数時間後に激しい腹痛やおう吐
※調理で使う程度のワサビ、酢、醤油などでは死滅しない



食中毒予防法

- 十分に加熱又は冷凍する
- 鮮魚はなるべく早く内臓を取り除く
- 内臓の生食は避ける



多くの寄生虫は、加熱、または中心部まで-20℃以下で24時間以上冷凍することで死滅する

記入例	一般衛生管理											重要管理				記入者	特記事項			
	A 原材料の状態	B 温度(℃)						C 交差(二次)汚染	D 器具の洗浄消毒	E トイレの洗浄	F 従事者		G 手洗い	1 非加熱	2 加熱			3 加熱⇒冷却		
		冷蔵庫 10℃以下	冷凍庫 -15℃以下	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫				健康管理	清潔な作業着			2-① 加熱後直ちに			2-② 加熱後保温	3-① ↓加熱↓冷却	3-② の加熱↓冷却
1 ()	○	8	-18	8	-18	8	-18	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○		
2 ()																				
3 ()																				
4 ()																				
5 ()																				

〈記入上の注意〉

- か×で記入します
- 特記事項欄には、×となった理由と対応、気がついたことなどを書きましょう

6 ()																					
7 ()																					
8 ()																					
9 ()																					
10 ()																					
11 ()																					
12 ()																					
13 ()																					
14 ()																					
15 ()																					
16 ()																					
17 ()																					
18 ()																					
19 ()																					
20 ()																					
21 ()																					
22 ()																					
23 ()																					
24 ()																					
25 ()																					
26 ()																					
27 ()																					
28 ()																					
29 ()																					
30 ()																					

ノロウイルスによる食中毒を防ごう

特徴

- 感染力が強い
- 通常のアルコールでは十分な効果が得られない

感染経路

- 交差(二次)汚染
発生要因の約8割は調理従事者由来
※感染しても症状がない人も。しかし排泄物にはウイルスが含まれているので注意!
- 食材由来:生や加熱不十分の二枚貝(カキ・アサリなど)



予防のポイント

- **調理従事者の健康管理と手洗いの徹底**
※必ず専用の手洗い設備を使うこと
- 器具などは次亜塩素酸ナトリウムで消毒
※希釈濃度は製品の表示を確認
- 加熱は念入りに!
 二枚貝は85℃~90℃で90秒以上加熱

3月・巻末の衛生管理マニュアルを参考に



ノロウイルス

記入例	一般衛生管理											重要管理				記入者	特記事項			
	A 原材料の状態	B 温度(℃)						C 交差(二次)汚染	D 器具の洗浄消毒	E トイレの洗浄	F 従事者		G 手洗い	1 非加熱	2 加熱			3 加熱⇒冷却		
		冷蔵庫 10℃以下	冷凍庫 -15℃以下	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫	冷蔵庫・冷凍庫				健康管理	清潔な作業着			2-① 加熱後直ちに			2-② 加熱後保温	3-① ↓加熱↓冷却	3-② の加熱↓冷却
1 ()	○	8	-18	8	-18	8	-18	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○			
2 ()																				
3 ()																				
4 ()																				
5 ()																				

〈記入上の注意〉
 ・○か×で記入します
 ・特記事項欄には、×となった理由と対応、気がついたことなどを書きましょう

6 ()																				
7 ()																				
8 ()																				
9 ()																				
10 ()																				
11 ()																				
12 ()																				
13 ()																				
14 ()																				
15 ()																				
16 ()																				
17 ()																				
18 ()																				
19 ()																				
20 ()																				
21 ()																				
22 ()																				
23 ()																				
24 ()																				
25 ()																				
26 ()																				
27 ()																				
28 ()																				
29 ()																				
30 ()																				
31 ()																				

衛生管理計画①

- 実施する確認方法をチェックします。(例：☑返品する)
- 実施方法がここにあらかじめ記載された方法と異なる場合は、「その他」欄にその方法を記入します。

I 一般衛生管理のポイント (取扱い全般にわたって必要な、基本となる衛生管理です。)

管理項目	実施方法		
	いつ行うか	どのように行うか	問題がある場合はどうするか
A 原材料の受入確認	<input type="checkbox"/> 原材料の納品時 <input type="checkbox"/> その他 ()	<input type="checkbox"/> 外観、におい、包装の状態、表示(期限、保存方法)、品温などを確認する <input type="checkbox"/> その他()	<input type="checkbox"/> 返品する <input type="checkbox"/> 廃棄する <input type="checkbox"/> 管理状態が良好なものと交換する <input type="checkbox"/> その他()
B 冷蔵・冷凍庫内温度の確認	<input type="checkbox"/> 始業前 <input type="checkbox"/> 終業後 <input type="checkbox"/> その他 ()	<input type="checkbox"/> 温度計で庫内温度を確認する (冷蔵：10℃以下、冷凍：-15℃以下) <input type="checkbox"/> その他()	<input type="checkbox"/> 設定温度や原因を確認するなどして、改善する <input type="checkbox"/> 故障が疑われる場合は、修理を依頼する <input type="checkbox"/> 適正な温度を超えていた場合は、食材の状態を確認する <input type="checkbox"/> その他()
C 交差汚染や二次汚染の防止	<input type="checkbox"/> 作業中 <input type="checkbox"/> その他 ()	<input type="checkbox"/> 器具などの用途別使用を確認する <input type="checkbox"/> 生肉、生魚などの生鮮食材を扱った場合は、使用の都度、まな板、包丁、ボウルなどの器具類を洗浄し、消毒する <input type="checkbox"/> 冷蔵庫内の区分、保管状態を確認する <input type="checkbox"/> その他()	<input type="checkbox"/> 器具などの洗浄・消毒を実施する <input type="checkbox"/> 汚染された食材は、廃棄するか、加熱用として使用する <input type="checkbox"/> その他()
D 器具などの洗浄・消毒	<input type="checkbox"/> 使用前 <input type="checkbox"/> 使用の都度 <input type="checkbox"/> 使用后 <input type="checkbox"/> その他 ()	<input type="checkbox"/> 使用した器具などは、洗浄・消毒する ※消毒方法は巻末「器具・トイレなどの消毒マニュアル」に従う <input type="checkbox"/> その他()	<input type="checkbox"/> 汚れや洗剤などが残っていた場合は再度洗浄、すすぎ・消毒を行う <input type="checkbox"/> その他()

E トイレの洗浄・消毒	<input type="checkbox"/> 始業前 <input type="checkbox"/> 終業後 <input type="checkbox"/> その他 ()	<input type="checkbox"/> トイレ掃除用の作業着、手袋などを使用し、洗浄・消毒する <input type="checkbox"/> 便座、水洗レバー、手すり、ドアノブなどを消毒する ※消毒方法は巻末「器具・トイレなどの消毒マニュアル」に従う <input type="checkbox"/> その他()	<input type="checkbox"/> トイレが汚れていた場合は、洗剤で洗浄し、消毒する <input type="checkbox"/> その他()
F 従事者の健康管理・清潔な作業着の着用	<input type="checkbox"/> 始業前 <input type="checkbox"/> その他 ()	<input type="checkbox"/> 従事者の体調(下痢、おう吐、発熱など)を確認する <input type="checkbox"/> 手の傷の有無を確認する <input type="checkbox"/> 作業着などを確認する ※方法は巻末「従事者の衛生管理マニュアル」に従う <input type="checkbox"/> その他()	<input type="checkbox"/> 医療機関で受診し、食品に触れる作業をしない <input type="checkbox"/> 傷を保護したあとビニール手袋などを着用する <input type="checkbox"/> 清潔な作業着に交換する <input type="checkbox"/> その他()
G 衛生的な手洗の実施	<input type="checkbox"/> トイレの後 <input type="checkbox"/> 調理施設に入る前 <input type="checkbox"/> 盛りつけの前 <input type="checkbox"/> 作業内容変更時 <input type="checkbox"/> 生肉や生魚などを扱った後 <input type="checkbox"/> 金銭を触った後 <input type="checkbox"/> 清掃を行った後 <input type="checkbox"/> その他 ()	<input type="checkbox"/> 専用の手洗設備で、衛生的な手洗いを実施する ※手洗い方法は巻末「手洗いマニュアル」に従う <input type="checkbox"/> その他()	<input type="checkbox"/> 手洗いの方法やタイミングが不適切な場合は十分な手洗いを実施する <input type="checkbox"/> その他()
[追加項目]			

追加項目の例

管理項目A~Gの他に、営業形態に合わせて新たな項目を追加する場合は、[追加項目]の欄に記入します。

施設・設備の衛生管理(整理・整頓・清掃・洗浄・消毒)	業務の実態に合わせて実施項目を選び、毎日の業務終了後に実施する
ねずみ・昆虫対策	生息状況を定期的に調査し、発生を認めたときは駆除作業を実施する
廃棄物の取扱い	業務終了後、ゴミ捨てを行い、周囲を清掃する

衛生管理計画②

- 代表的なメニューを「例」のように分類し記入します。(※1)
- 実施する管理方法や確認方法をチェックします。(例: 冷蔵庫で保管する) (※2)
 実施方法がここにあらかじめ記載された方法と異なる場合は、「その他」欄にその方法を記入します。

2 重要管理のポイント (調理や提供に関する衛生管理の方法を具体的にしましたもの。)

分類	メニュー		管理方法及び確認方法 ※2
	例	代表的なメニュー ※1	
第1グループ 1 非加熱のもの(冷蔵品を冷たいまま提供)	刺身、すしだね、冷奴、酢の物、 サラダ各種、納豆、カットフルーツ 他の食品に添えるもの: 大根おろし、ネギ、メンマ、ナルト、おろししょうが、 しその葉、大根のけん		<input type="checkbox"/> 野菜は十分洗浄する <input type="checkbox"/> 冷蔵庫で保管する <input type="checkbox"/> 冷蔵庫から取り出したらずぐに提供する <input type="checkbox"/> 仕入れ品は表示の保存方法に従って保存する <input type="checkbox"/> 盛りつけ前に手洗いを十分に行う <input type="checkbox"/> 盛りつけなどは素手で触らないようにする <input type="checkbox"/> その他()
第2グループ 2-① 加熱後直ちに提供するもの	肉料理: ステーキ、焼き鳥、しょうが焼 ひき肉料理: ハンバーグ、餃子、シュウマイ、 ロールキャベツ 揚げ物: 唐揚げ、てんぷら、 フライ各種(とんかつ、メンチカツ、 エビフライ、カキフライ、コロッケ)		●加熱が十分に行われたことの確認方法 <input type="checkbox"/> 中心温度計で確認する <input type="checkbox"/> 火の強さと時間で判断する <input type="checkbox"/> 見た目(外観、肉汁の色)や触感(弾力)で判断する <input type="checkbox"/> その他()
	2-② 加熱した後、高温保管して提供するもの	焼き物: 焼き魚 炒め物: レバニラ炒め、野菜炒め、もやし炒め 蒸し物: 茶碗蒸し 白米、炊込みごはん	●加熱が十分に行われたことの確認方法 <input type="checkbox"/> 中心温度計で確認する <input type="checkbox"/> 火の強さと時間で判断する <input type="checkbox"/> 見た目(外観、肉汁の色)や触感(弾力)で判断する <input type="checkbox"/> その他() ●保温状態の確認方法 <input type="checkbox"/> 保温状態を冷蔵庫の温度で判断する <input type="checkbox"/> 見た目(湯気など)で判断する <input type="checkbox"/> その他()

第3グループ 3-① 加熱後冷却し、再加熱して提供するもの	カレー、シチュー、スープ類、ソース、 たれ、中華ちまき、中華まん		●加熱及び再加熱が十分に行われたことの確認方法 <input type="checkbox"/> 中心温度計で確認する <input type="checkbox"/> 火の強さと時間で判断する <input type="checkbox"/> 見た目(外観、肉汁の色)や触感(弾力)で判断する <input type="checkbox"/> その他() ●保冷の確認方法 <input type="checkbox"/> すぐに冷却し、提供時の再加熱まで冷蔵庫で保管する <input type="checkbox"/> 冷蔵庫の温度が10℃以下であることを確認する <input type="checkbox"/> その他()
	3-② 加熱後冷却して提供するもの	チャーシュー(焼豚) ポテトサラダ※ ゆで卵、おひたし、ゴマ和え すしだね(かんぴょう、しいたけ、玉子、焼き穴子など) ※「ポテトサラダ」のようにハム、きゅうりのような非加熱食材が含まれている場合は「第1グループ 非加熱のもの」と同様の衛生管理が必要です	●加熱が十分に行われたことの確認方法 <input type="checkbox"/> 中心温度計で確認する <input type="checkbox"/> 火の強さと時間で判断する <input type="checkbox"/> 見た目(外観、肉汁の色)や触感(弾力)で判断する <input type="checkbox"/> その他() ●冷却の確認方法 <input type="checkbox"/> すぐに冷却し、冷蔵庫で保管する <input type="checkbox"/> 冷蔵庫から取り出したらずぐに提供する <input type="checkbox"/> 冷蔵庫の温度が10℃以下であることを確認する <input type="checkbox"/> その他() ●盛りつけ <input type="checkbox"/> 盛りつけ前に手洗いを十分に行う <input type="checkbox"/> 盛りつけなどは素手で触らないようにする <input type="checkbox"/> その他()

問題があった場合の対応方法

廃棄する
 再加熱する
 第1グループの場合は加熱用に使う
 その他()

衛生管理マニュアル

* 手洗いマニュアル

手洗いのタイミング	①トイレの後、②調理施設に入る前、③盛りつけ前、④作業内容変更時、⑤生肉や生魚などを扱った後、⑥金銭を触った後、⑦清掃を行った後 など				
手洗い前の準備	①腕時計や指輪などの装飾品をはずす、②爪は短く切る				
手洗いの方法					
	①流水で手をぬらし、石けんをつけ、手のひらをよくこすります	②手の甲をのぼすようにこすります	③指先・爪の間を念入りにこすります	④指の間を洗います	⑤親指と手のひらをねじり洗いします
			①～⑦を2回繰り返すと効果的！		
	⑨アルコールなどで消毒します ※爪の間も消毒できるように指先からふりかけ、手指にすりこむように	⑧ペーパータオルでふきます ※水分が残っているとアルコールの消毒効果が減少するので、しっかり水分をふきとるように			⑦十分に水で流します(20秒程度)
					⑥手首も忘れずに洗います(①～⑥で30秒程度)

※同じ作業をしている時でも、長時間にわたる場合には、作業途中にも頻繁に手を洗うこと
※一度外した使い捨て手袋は廃棄し、新しいものに交換すること

* 従事者の衛生管理マニュアル










①体調不良(黄疸、下痢、腹痛、発熱、皮膚の化膿性疾患等、耳、目又は鼻からの分泌(感染症の疾患等に感染するおそれがあるものに限る)、吐き気及びおう吐をしているなど)の場合	医療機関で受診し、食品に触れる作業をしない
②手指に傷がある場合	傷を保護したあとビニール手袋などを装着する
③作業着が汚れている場合	清潔な作業着に交換する







※消毒剤を使用する際には、使用上の注意をよく読んで使用すること!

* 器具・トイレなどの消毒マニュアル

対象	消毒方法	消毒剤の作り方 ※消毒剤の原液が6%の次亜塩素酸ナトリウム溶液の場合
① 作業施設・設備、トイレ	次亜塩素酸ナトリウムの 0.02%(200ppm)溶液 を使用し、雑巾などにひたして拭く	水3ℓに原液約10mlの割合で入れる
② 器具	次亜塩素酸ナトリウムの 0.02%(200ppm)溶液 に10分以上ひたすか、熱湯中で5分間煮沸する	
③ おう吐物	次亜塩素酸ナトリウムの 0.1%(1000ppm)溶液 をペーパーにしみこませて消毒する。 ※おう吐物は消毒前に使い捨てのマスクやガウン、手袋などを着用し、ペーパータオル等で静かに拭き取る	水3ℓに原液約50mlの割合で入れる

食中毒のいろいろ

潜伏期間	症状	主な原因食品	病原物質	特徴	予防法	
す べ く 半 日	食事中、 30～60分	食事中：唇や舌先にピリピリと刺激を感じる 30～60分：吐き気、おう吐、顔面紅潮、腹痛、発疹など	魚介類やその加工品 (主にマグロ・カツオ・サンマ・サバ・ブリなど) 	ヒスタミン 	<ul style="list-style-type: none"> 加熱しても分解しないため、一度産生・蓄積されると除去が困難 アレルギー様食中毒 	<ul style="list-style-type: none"> 新鮮な魚を仕入れる 食品の低温管理の徹底 冷蔵でも長期間の保存をしない 解凍・再凍結を繰り返さない
	1～5時間 (平均3時間)	吐き気、おう吐、腹痛、下痢	おにぎり、調理パン、弁当など 	黄色ブドウ球菌 	<ul style="list-style-type: none"> 傷や鼻腔に常在(特に傷口に多い) 熱に強い毒を作る 	<ul style="list-style-type: none"> 手に傷がある時、直接食品に触れない 手洗いの徹底 弁当などの温度管理の徹底
	(おう吐型) 30分～6時間 (下痢型) 8～16時間	(おう吐型) 吐き気、おう吐 (下痢型) 腹痛、下痢	(おう吐型) 焼きそば、スパゲッティ、ピラフなど (下痢型) 弁当、プリンなど	セレウス菌 	<ul style="list-style-type: none"> 日本では、おう吐型が多い 熱に強い芽胞を作る 熱に強い毒素を作る 	<ul style="list-style-type: none"> 一度に大量の米飯やめん類を調理し、作り置きしない 調理後は保温庫で保温するか、小分けして速やかに低温保存する
	数時間～ 10数時間	激しい腹痛、吐き気、おう吐	生の魚介類 (サバ・サンマ・カツオ・イワシ・イカ・ニシン等)	アニサキス 	<ul style="list-style-type: none"> 主に内臓表面に寄生するが、筋肉部分にも寄生 ワサビ、醤油、酢等で死滅しない 	<ul style="list-style-type: none"> 魚介類の内臓を生で食べない 中心部まで-20℃以下で24時間以上冷凍 加熱調理を行う
	6～18時間	腹痛、下痢、下腹部のはり	肉類、魚介類、野菜を使用した煮込み料理 	ウエルシュ菌 	<ul style="list-style-type: none"> 熱に強い芽胞を作る 一度に大量の食事を調理した給食施設などで発生することが多い 	<ul style="list-style-type: none"> 前日調理は避ける 加熱調理した食品をやむをえず保管するときは、小分けしてから急速に冷却する
	8～24時間	激しい腹痛、下痢、発熱	魚介類刺身、二次汚染された一夜漬など	腸炎ビブリオ 	<ul style="list-style-type: none"> 塩分を好む 夏に発生 真水や酸に弱い 加熱調理で死滅 	<ul style="list-style-type: none"> 魚介類は真水でよく洗う 手洗いと器具の洗浄消毒の徹底 魚介類の低温管理(刺身は4℃以下)

潜伏期間	症状	主な原因食品	病原物質	特徴	予防法	
1 ～ 2 日	8～72時間 (平均12時間)	激しい腹痛、下痢、発熱、おう吐 	卵、生の食肉、うなぎ、すっぽんなど 	サルモネラ属菌	<ul style="list-style-type: none"> 動物の腸管や自然界に生息 少量の菌でも発症 加熱調理で死滅 	<ul style="list-style-type: none"> 卵の割り置き、室温放置をしない 中心部までよく加熱(75℃以上で1分以上) 手洗いと器具の洗浄消毒の徹底
	24～48時間	下痢、おう吐、吐き気、腹痛、発熱 	二枚貝、二次汚染された食品など 	ノロウイルス	<ul style="list-style-type: none"> 冬～春先を中心に年間を通して発生 少量のウイルスで発症 十分な加熱で不活性化 	<ul style="list-style-type: none"> 調理する人の健康管理 中心部までよく加熱(85～90℃で90秒以上) 手洗いと器具の洗浄消毒の徹底 おう吐物は清掃後塩素消毒して処理する
3 日 ～	2～5日 (平均2～3日)	腹痛、下痢、発熱	生の鶏肉、生レバーなど 	カンピロバクター	<ul style="list-style-type: none"> 動物の腸管内に生息 少量の菌でも発症 乾燥に弱い 加熱調理で死滅 ※ギラン・バレー症候群と関連性あり 	<ul style="list-style-type: none"> 食肉を生や半生で食べない 肉類(特に鶏肉)の中心部までの十分な加熱(75℃以上で1分以上) 手洗いと器具の洗浄消毒の徹底 調理器具を用途別に分ける
	3～5日	激しい腹痛、下痢(血便)、吐き気、おう吐 ※重症化することもある 	生の牛肉、牛生レバー、井戸水、生野菜など	腸管出血性大腸菌(O157, O111, O26など)	<ul style="list-style-type: none"> 動物の腸管内に生息 少量の菌でも発症 加熱調理で死滅 	<ul style="list-style-type: none"> 食肉を生や半生で食べない 中心部までよく加熱(75℃以上で1分以上) 浅漬け用の野菜は調理前に消毒する 手洗いと器具の洗浄消毒の徹底 調理器具を用途別に分ける

※潜伏期間は目安です。個人差があります。

*食中毒のポイントは…

食中毒を起こす菌やウイルスを

「付けない」「増やさない」「やっつける」「持ち込まない」

*1年を振り返って…

管理項目の再検討、提供メニュー、
施設や取扱いについての確認を
行いましょう

衛生管理
計画を作る

見直しを
する

記録する

実施する



尼崎市保健所 生活衛生課

〒660-0052

兵庫県尼崎市七松町1丁目3番1-502号

フェスタ立花南館5階

電話番号 06-4869-3018

ファックス番号 06-4869-3049