

こども食堂における 衛生管理の重要性

熊本県健康福祉部 健康危機管理課 食品乳肉衛生班

目 次

- 1 食中毒について
（食中毒発生状況及び事例等）
- 2 緊急時の対応
（食中毒疑い事案発生時の手順等）
- 3 衛生管理について
（食材管理時の注意点等）
- 4 手洗いチェッカーを使ってみよう！

目 次

- 1 食中毒について
(食中毒発生状況及び事例等)
- 2 衛生管理について
(食材管理時の注意点等)
- 3 緊急時の対応
(食中毒疑い事案発生時の手順等)
- 4 手洗いチェッカーを使ってみよう！

食中毒とは

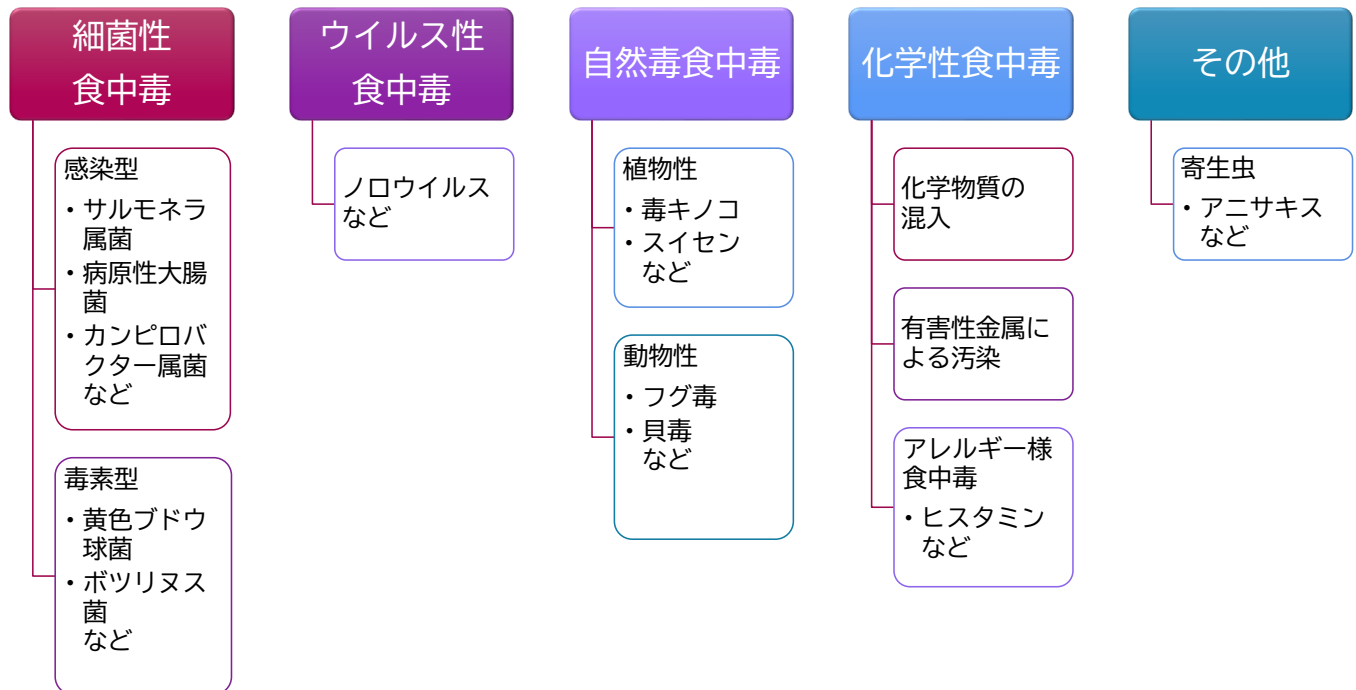


食べ物などを飲食する際に、病原微生物や有毒・有害な物質を体内に一緒に取り込むことによって、引き起こされる中毒症状

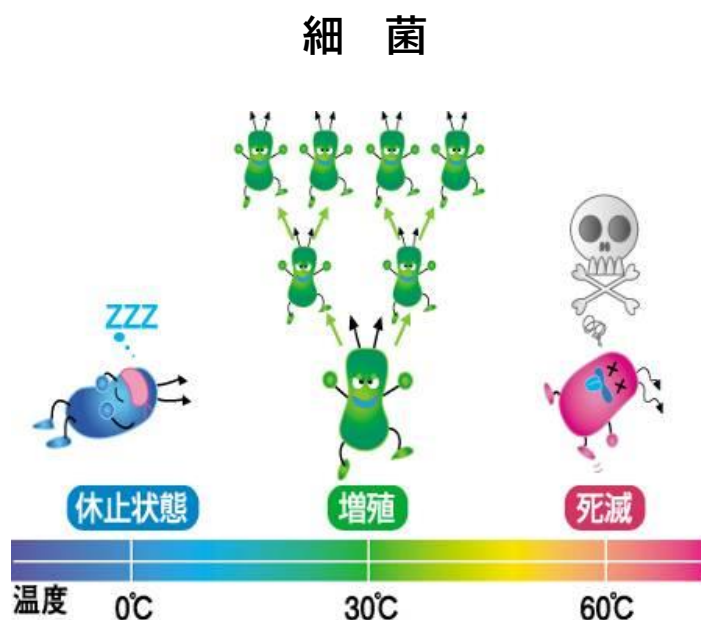


多くの場合、嘔吐や下痢といった急性の胃腸炎症状を示す

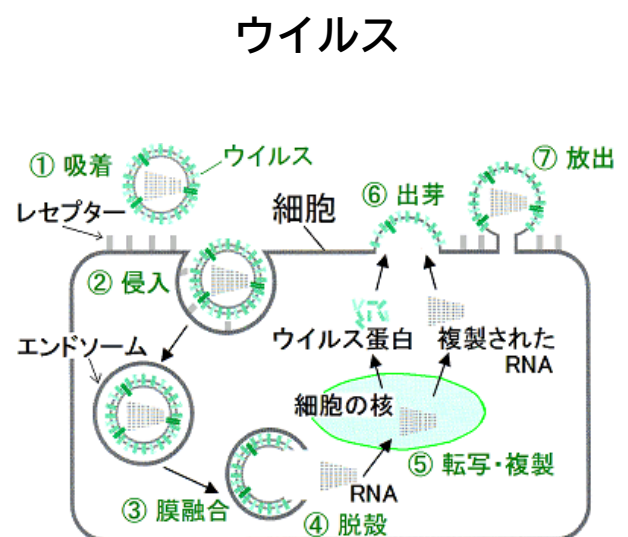
食中毒の種類



細菌とウイルスの増え方



環境条件が整えば、
自ら2分裂で増殖
一夜で数千万個程度

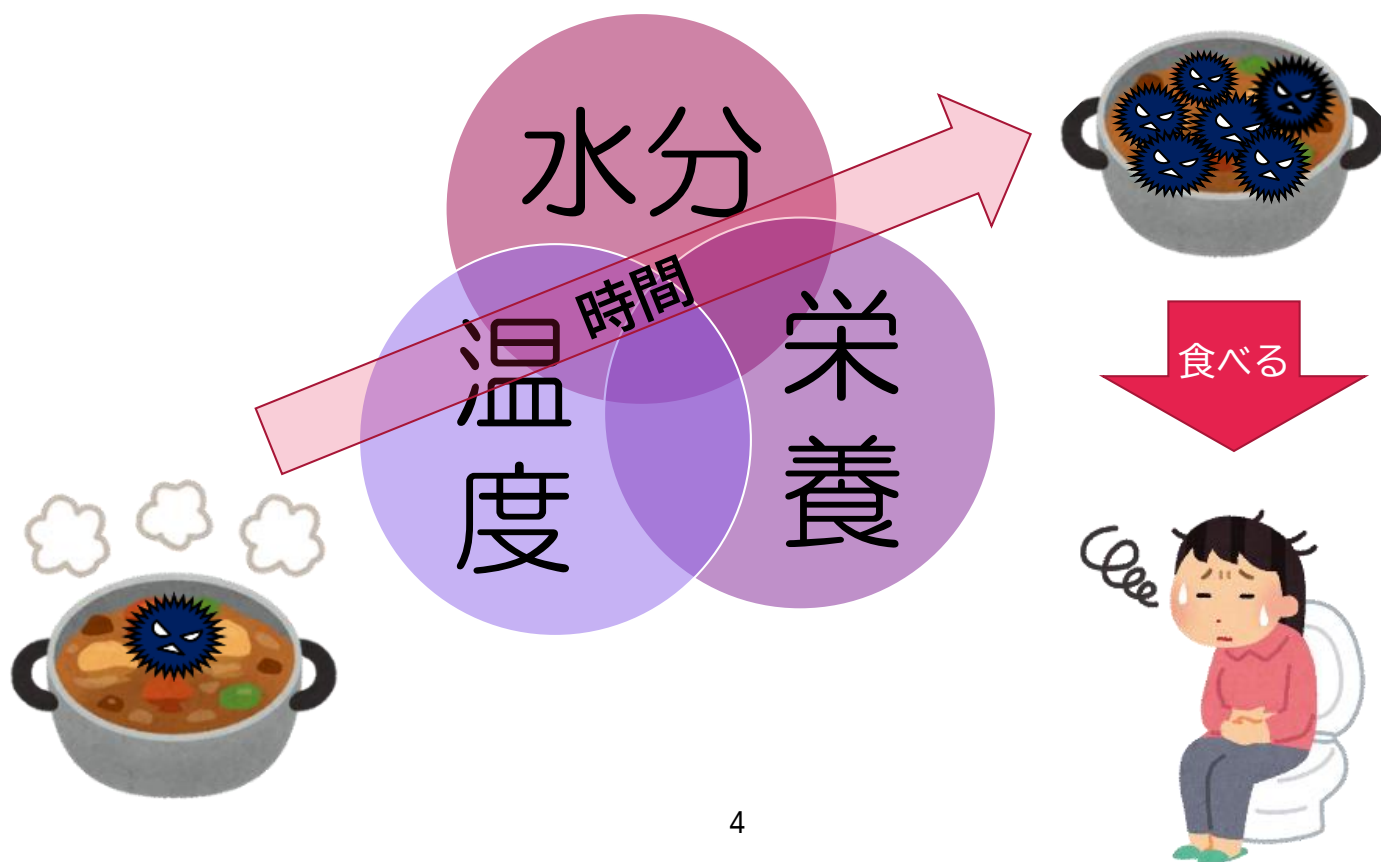


好みの生きた細胞に寄生
1個 ⇨ 多いもので10万個
6~40 時間

細菌とウイルスの違い

項目	細菌	ウイルス
大きさ	およそ0.5～3 μ m (0.0005～0.003 mm)	およそ20～300nm (細菌の 1/2～1/100)
増え方	2分裂増殖 (1個が2個に、2個が4個に・・・分裂。 一夜で数千万個程度に)	細胞の中で、自分の遺伝子と蛋白質を大量につくり、多くの子孫ウイルスを細胞外に放出
増える場所	適した環境 (栄養分、水分、酸素の有無、温度等) (体内、食品、河川、海…)	好みの、生きた細胞の中だけ (体内) 食品中では増えない
治療薬	あり	非常に少ない

細菌性食中毒



ウイルス性食中毒



- ・食べる
- ・手指等を介して摂取する



その他の食中毒



提供：東京健康・安全研究センター

リバに寄生したアニリキス幼虫の写真



食べる



食用と間違えやすい有毒植物の例



クワズイモ
(写真提供:御影雅幸)



サトイモ
(写真提供:後藤勝実)



スイセンとニラ (左:ニラ、右:スイセン)

厚生労働省HP 自然毒のリスクプロファイルより

(写真提供:磯田 進、御影雅幸)

<食用と間違えやすい有毒植物の例>

スイセン 及び スノーフレーク



スイセン



スノーフレーク
(スズランスイセン)

【中毒症状】

食後30分以内で、吐き気、嘔吐、頭痛など。
(スイセンでは、悪心、下痢、流涎、発汗、昏睡、低体温などもある。)

【間違えやすい植物】

・ニラ など
(スイセンは、ノビルやタマネギにも間違われやすい)

バイケイソウ



芽出し期のバイケイソウ

【中毒症状】

嘔吐、下痢、手足のしびれ、めまいなどの症状が現れ、死亡することもある。

【間違えやすい植物】

・オオバギボウシ(ウルイ)、ギョウジャニンニクなど

イヌサフラン



【中毒症状】

嘔吐、下痢、皮膚の知覚減退、呼吸困難。重症の場合は死亡することもある。

【間違えやすい植物】

(葉)
・ギョウジャニンニク
・ギボウシ と類似。
(球根)
・ジャガイモ
・タマネギ など

トリカブト



オクトリカブト



トリカブトの芽生え

【中毒症状】

食後10～20分以内で、口唇、舌、手足のしびれ、嘔吐、腹痛、下痢、不整脈、血圧低下、けいれん、呼吸不全に至って死亡することもある。

【間違えやすい植物】

・ニリンソウ
・モミジガサ など

ツキヨタケ



中毒症状

食後30分-1時間程度で嘔吐、下痢、腹痛等の中毒を起こす。

間違えやすい食用きのこ

- ・ヒラタケ
- ・ムキタケ
- ・シイタケ

テングタケ

中毒症状

食後30分程で嘔吐、下痢、腹痛など胃腸消化器の中毒症状が現れる。



神経系の中毒症状、瞳孔の収縮、発汗、めまい、痙攣等で、呼吸困難になる場合もあり、1日程度で回復するが、古くは死亡例もある。

クサウラベニタケ



中毒症状

食後20分-1時間程度で嘔吐、下痢、腹痛等の消化器系の中毒を起こす。唾液の分泌、瞳孔の収縮、発汗などの症状も現れる。

間違えやすい食用きのこ

- ・ウラベニホテイシメジ
- ・ホンシメジ
- ・ハタケシメジ

ニセクロハツ

中毒症状

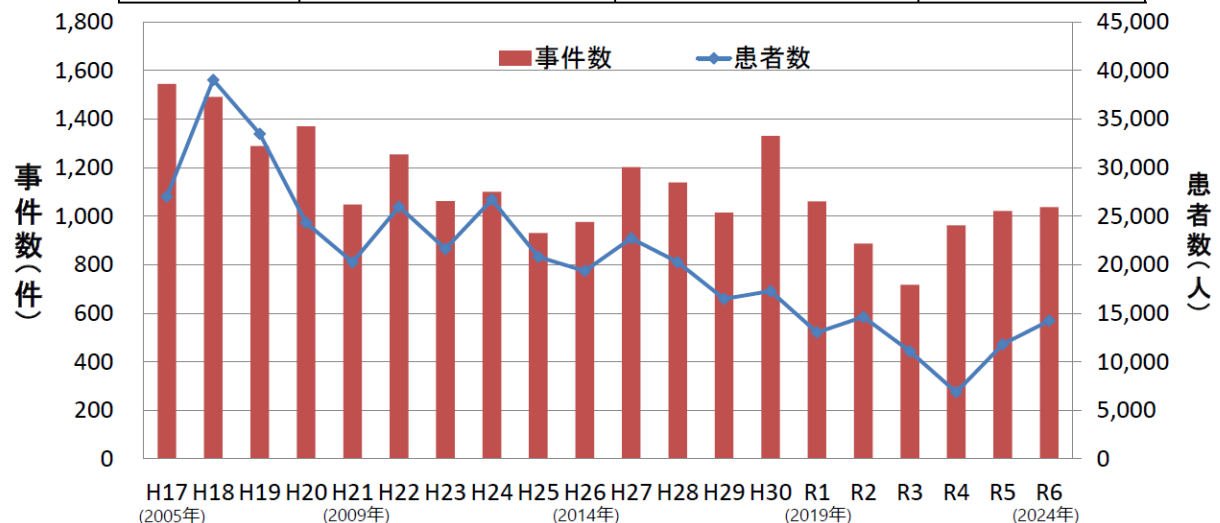
食後30分-数時間程度で嘔吐、下痢等の胃腸、消化器系の中毒症状を示す。



その後18-24時間ほどで横紋筋溶解が原因と考えられる全身筋肉痛、呼吸困難を示し、死亡に至ることもある。

食中毒事件数・患者数の推移（全体）

	事件数	患者数	死者数
R4年	962	6,856	5
R5年	1,021	11,803	4
R6年	1,037	14,229	3



(資料出所) 厚生労働省「食中毒統計調査」

食中毒事例（令和6年）

患者数500人以上の食中毒事例（令和6年）

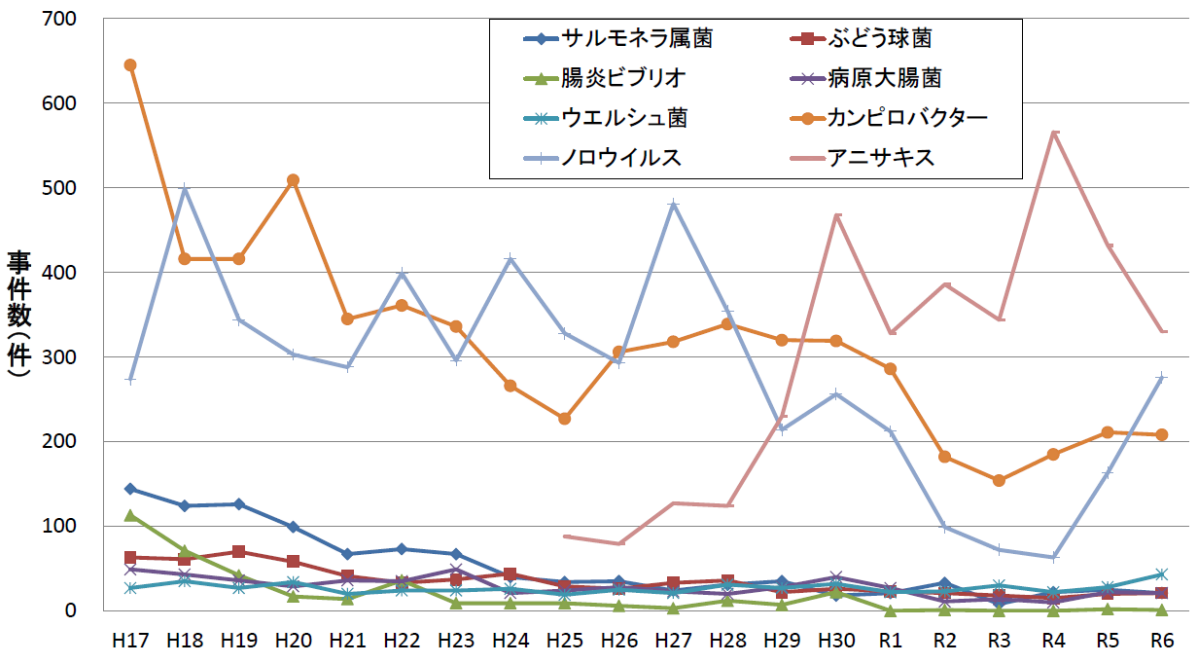
	都道府県	発病年月日	原因施設種別	原因食品名	病因物質種別	患者数	死者数	摂食者数	死者年齢
1	大分県	2024/8/4	飲食店	湧水、飲食店提供料理 (8月3日～13日に提供された食事)	ノロウイルス (ウイルス)	595	0	1,304	-

死者の報告された食中毒事例（令和6年）

	都道府県	発病年月日	原因施設種別	原因食品名	病因物質種別	患者数	死者数	摂食者数	死者年齢
1	札幌市	2024/4/23	家庭	イヌサフラン(推定)	植物性自然毒 (自然毒)	2	2	2	男:50～59歳 男:70歳～
2	長野市	2024/7/21	事業場 寄宿舍	7月20日の夕食として調理 した野生キノコ (ドクツルタケ、コテングタケ モドキ)(推定)	植物性自然毒 (自然毒)	1	1	1	男:20～29歳

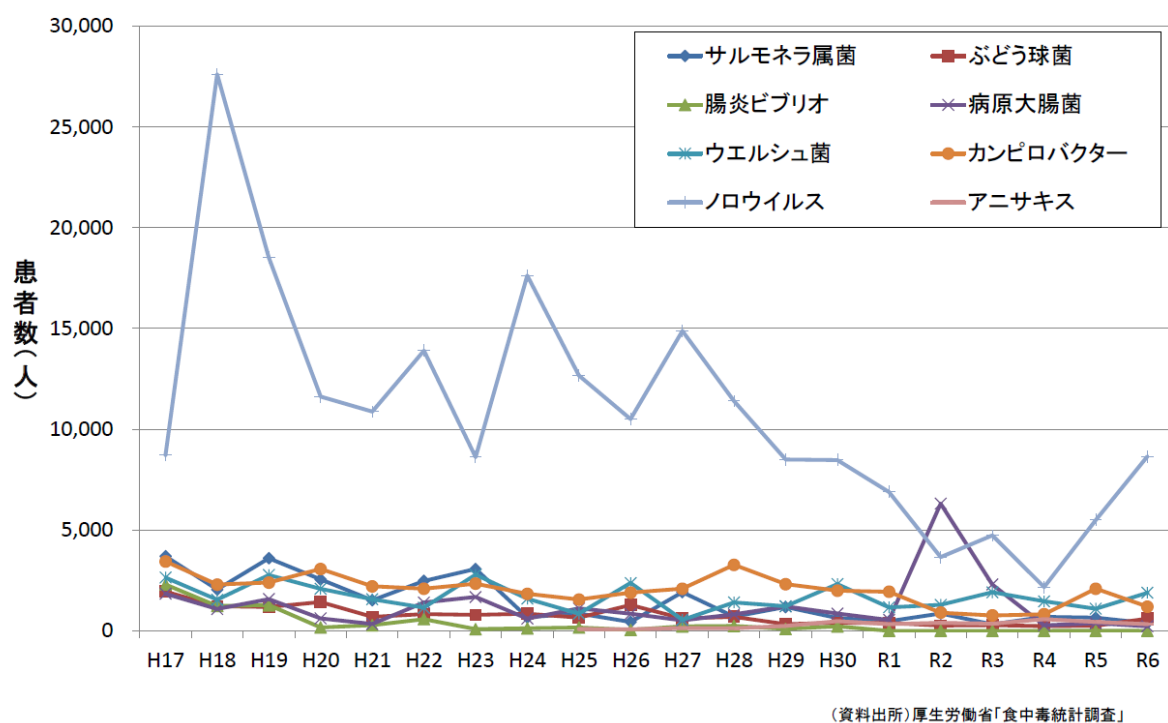
(資料出所)厚生労働省「食中毒統計調査」

病因物質別事件数の推移

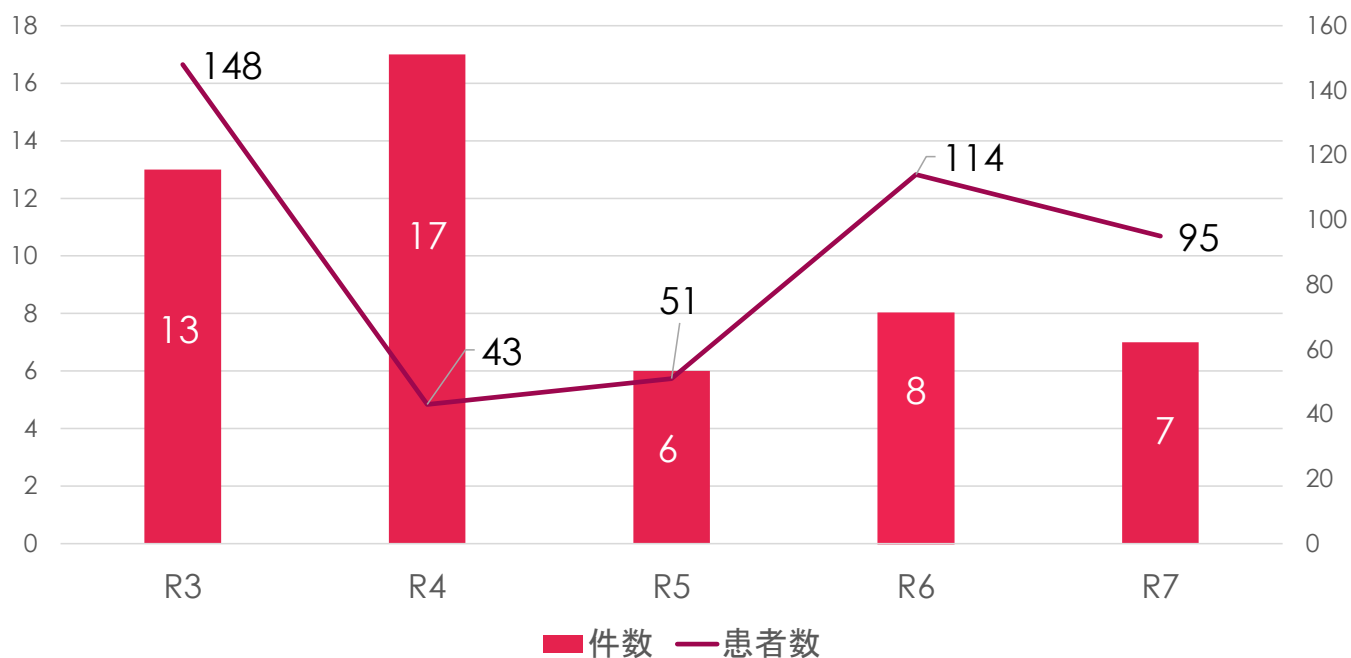


(資料出所)厚生労働省「食中毒統計調査」

病因物質別患者数の推移



熊本県における食中毒事件数及び患者数



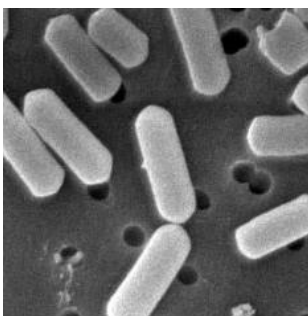
※R7は7月10日現在

		アニサキス	カンピロバクター	ノロウイルス	ウェルシュ菌	黄色ブドウ球菌	クドア	ボツリヌス	腸管病原性大腸菌	合計
令和3年	件数	2	8	2				1		13
	患者数	2	23	119				4		148
令和4年	件数	8	9							17
	患者数	9	34							43
令和5年	件数	2	2	2						6
	患者数	2	13	36						51
令和6年	件数	2	2	1	1		1		1	8
	患者数	2	7	39	35		8		23	114
令和7年	件数	2		5						7
	患者数	2		93						95

※R7は7月10日現在

熊本県における病因物質別食中毒件数及び患者数

細菌性食中毒 ウェルシュ菌



ウェルシュ菌

汚染・感染経路

ヒト、動物の糞便。土壌。食肉、魚介類、野菜を使用した加熱食品。酸素が少ない環境で増える。

発生までの時間・症状

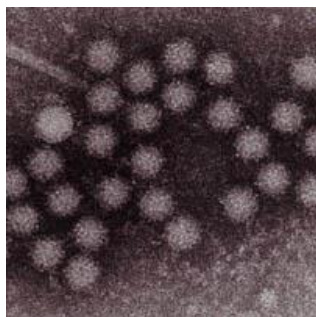
食後6～18時間で、腹痛や下痢を引き起こす。通常は軽傷で、1日で回復する。

予防のポイント

- ・食肉、魚介類、野菜などの調理では、十分熱を通す。
- ・加熱調理後は、直ちに短時間で冷却後低温保存
- ・弁当、仕出し等の大量調理は要注意

加熱調理でも生残

➤ ウイルス性食中毒 ノロウイルス



ノロウイルス

食中毒と
感染症の
2つの顔

□ 汚染・感染経路

吐物やヒト自身の糞便。二枚貝。ヒトからヒトへの感染。

□ 発生までの時間・症状

食後1～2日で、嘔吐、激しい下痢、腹痛などをおこす。幼児や抵抗力の弱い人は、症状が重くなることもある。

□ 予防のポイント

- ・調理器具、手指の十分な洗浄・消毒
- ・食材の十分な加熱処理
- ・ノロウイルス汚染のおそれがある食品は、中心部が85℃・90秒以上加熱する

目 次

- 1 食中毒について
(食中毒発生状況及び事例等)
- 2 緊急時の対応
(食中毒疑い事案発生時の手順等)
- 3 衛生管理について
(食材管理時の注意点等)
- 4 手洗いチェッカーを使ってみよう！

緊急時の対応について (食中毒)

どんなに衛生管理に気を付けていても、食中毒や異物混入の事件・事故をゼロにすることは難しいです。

万一事故が起こってしまった時に被害を最小限に食い止めるため、平時から、対応の確認をしておくことが大切です。

食中毒（疑い）が発生したら…

(1) 利用者から申し出があった場合

利用者からお住まいの管轄保健所へ連絡するようご案内をお願いします。

※複数の同様の申し出があった場合は、施設側から速やかに管轄保健所へ連絡をお願いします。

(2) 保健所から連絡があった場合

保健所職員の聞き取り及び必要な調査等についてご協力をお願いします。

※保存食の提供や、各種記録の確認等させていただく場合もあります。12



緊急時の連絡先リスト

緊急時の連絡先リストの
作成・活用



	名称	電話・FAX	所在地	メールアドレス
救急車		119		
医療機関				
地域の保健所				
地域の小学校				

緊急時に備え、
・事前に関係する連絡先確認し、記載しましょう！
・また、目立つ場所に貼り、緊急時にすぐに連絡できるようにしましょう！



保健所の連絡先一覧

有明保健所 ☎ 0968-72-2184	宇城保健所 ☎ 0964-32-0598
山鹿保健所 ☎ 0968-44-4121	八代保健所 ☎ 0965-33-3198
菊池保健所 ☎ 0968-25-4135	水俣保健所 ☎ 0966-63-4104
阿蘇保健所 ☎ 0967-24-9035	人吉保健所 ☎ 0966-22-3108
御船保健所 ☎ 096-282-0016	天草保健所 ☎ 0969-23-0299

熊本市内に施設がある方は、熊本市保健所（☎096-364-3188）へ連絡してください。

一番大切なことは、 健康被害を拡大させないこと

- 迅速かつ冷静に対応する
- 誰が中心となり、誰に報告するのか、連絡ルートを明確にする
- 対応手順を明確にし、関係者と共有する
- 中心となる人（指揮する人）が不在の場合の代理の人を決める
- 新人でもすぐわかるように、対応内容を共有・明示する

目 次

- 1 食中毒について
(食中毒発生状況及び事例等)
- 2 緊急時の対応
(食中毒疑い事案発生時の手順等)
- 3 衛生管理について
(食材管理時の注意点等)
- 4 手洗いチェッカーを使ってみよう！

施設における 衛生管理に ついて

【関係通知等】

- 食品衛生法等の一部を改正する法律の施行に伴う集団給食施設の取扱いについて
(情報提供)
(R2.8.5 厚生労働省事務連絡)
- 大量調理施設衛生管理マニュアル
(最終改正：H29.6.16 厚生労働省通知)
- HACCPの考え方を取り入れた衛生管理のための手引書
(厚生労働省ホームページ)

“食中毒の発生防止のために守ってほしい衛生管理のポイント”

食中毒の発生防止のために守ってもらいたい衛生管理のポイント

計画段階

- ・保健所に相談、食品衛生に関する指導・助言を受ける

調理施設の衛生管理

- ・設備の整った調理施設を使用、整理整頓、清掃・消毒

運営者側の健康と衛生管理

- ・調理担当者の健康チェック、こまめな手洗い

原材料の受入れ

- ・生鮮食品は、1回で使い切る量を仕入れる
- ・仕入れた食品は、冷蔵庫又は冷凍庫で保管

下準備

- ・まな板、包丁などの調理器具は用途別に使い分け、清潔に保管

調理

- ・前日調理は行わない
- ・魚介類、野菜・果物は流水でよく洗う
- ・食品（特に肉類）は中心部までよく加熱する（中心温度75℃で1分間以上）
- ・調理後は速やかに配膳する。熱いもの60℃以上、冷たいもの10℃以下に保つ

異物混入

食物アレルギー

食事時の誤嚥・窒息

検食の保管（50g、2週間以上）

食中毒の発生防止のために
守ってもらいたい
衛生管理のポイント



衛生管理のチェックリスト

項目	
調理前に行うこと	
1	調理施設は清掃や整理整頓を行いましたか？
2	トイレは清掃、消毒を行いましたか？
3	調理担当者は、下痢・嘔吐の症状があるなど体調不良ではありませんか？また、手指の傷などはありませんか？
4	エプロンや三角巾、必要に応じてマスクなど、清潔な作業着を身につけましたか？
5	手洗い、消毒を行いましたか？また、子どもが調理に参加する場合は、手洗い、消毒を徹底させましたか？
6	原材料は、仕入れ時に鮮度、賞味期限等を確認し、1回で使い切れる量を仕入れましたか？
7	献立や食材の仕入れ先・仕入れ時間の記録（レシートなど）は保管しましたか？
8	仕入れた食品は冷蔵庫や冷凍庫で保管していますか（冷えていないなどの温度の異常はありませんか）？また、生肉や鮮魚介類などの食品は他の食品を汚染しないよう、冷蔵庫の最下段に区別して保管しましたか？
9	お年寄り、幼児、妊婦などの抵抗力が弱い方が食べる場合、メニューに生ものは入っていませんか？
調理中に行うこと	
10	魚介類、野菜・果物は流水で良く洗いましたか？
11	別の原材料を調理する場合などは、手洗い、消毒を行いましたか？また、手洗いの際、調理器具についても、洗浄剤で洗浄してから使いましたか？
12	食品（特に肉類）は、中心部までよく加熱（中心温度75℃で1分間以上）しましたか？
13	生の食材を扱う調理器具と加熱済みの食品に使用する調理器具は専用のものを使いましたか？専用のものがない場合は、よく洗浄剤で洗浄してから、使いましたか？
調理が終わった後に確認すること	
14	調理後は、時間を置かず提供しましたか？

目立つところに貼って、確認しましょう！！



細菌やウイルスによる

食中毒予防の三原則

つけない

清潔

増やさない

迅速

冷却

やっつける

加熱

殺菌



もちこまない

食中毒を防ぐ6つのポイント

- 生鮮食品は、一回で使い切る量を



- 生肉や魚は、他の食材を汚染しないように最下段へ
- 冷蔵庫や冷凍庫内の温度を確認



- まな板・包丁は、肉・魚・野菜等で使い分け
- 器具類は、洗浄後、熱湯や塩素系殺菌剤、70%アルコールなどで殺菌
- ふきん類は、洗浄後、煮沸又は塩素系殺菌剤で殺菌



- 前日調理は行わない
- 調理器具は、原材料用と加熱済み食品用で使い分け
- 中心部までよく加熱（中心温度75℃で1分以上）



Q1 お肉は生では食べられないの？



私たちの手の平や食べ物等には、様々な種類の細菌やウイルスが存在しています。

なかでも、牛、豚などの家畜の腸内には、食中毒の原因となる腸管出血性大腸菌やサルモネラ属菌などの食中毒菌が存在し、と畜場でお肉にする過程で、お肉やレバーに付着してしまうことがあるため、生で食べるのは食中毒のリスクを伴います。

また、豚やイノシシの多くは、E型肝炎ウイルスに感染していることがわかっています。このウイルスは、豚の血液や肝臓からも見つかり、生で食べることで人にも感染し、肝炎を発症し重症化することがあります。

また、寄生虫についても注意が必要です。

表1 — 食中毒の原因と症状の説明

病原体	主な動物種	主な症状
腸管出血性大腸菌*	牛	潜伏期間3～5日／発熱、腹痛、下痢（水様便、血便） 重症化すると、溶血性尿毒症症候群（HUS）や脳症などの合併症が発症する。
サルモネラ属菌	牛、豚、羊、鶏	潜伏期間8～48時間／悪心、おう吐、腹痛、下痢 重症化すると、意識障害やけいれん等の中枢神経症状、脱水症状が現れる。
リステリア・モノサイトゲネス	牛、豚、鶏	潜伏期間 数時間～数週間（平均3週間程度）／発熱、頭痛、おう吐 重症化すると、意識障害やけいれんなどの中枢神経症状が現れる。特に妊婦が感染した場合、胎児に垂直感染が起こり、流産や早産の原因となることがある。
E型肝炎ウイルス*	豚、イノシシ、シカ	潜伏期間15～50日／悪心、食欲不振、腹痛、褐色尿、黄疸 妊婦では重症化（劇症肝炎に移行）する割合が高い。
カンピロバクター	牛、豚、鶏	潜伏期間2～5日／下痢（水様便、粘液便、血便）、腹痛、発熱、悪心、おう吐、頭痛、悪寒、倦怠感 重症化すると、脱水症状が現れる。

★特に注意が必要なもの

Q4 ハンバーグを焼くときに注意すべきことは？

ハンバーグは挽肉から作るため、動物の種類に関わらず、挽肉に付着している病原体が中心部まで入ってしまいます（表2参照）。多くの病原体は、75℃で1分以上の加熱で死滅するので、中心部まで、火を通すことが重要です。

ハンバーグでは、外側が焼けていても、中は生焼けになっていることがあるので、フライパンにふたをして、中火で中心部までじっくり火を通すことが大切です。

ハンバーグ・つくねなどの挽肉料理は、中心部まで十分に火が通り、肉汁が透明になって中心部の色が変わるまで加熱すれば、食中毒の原因となる病原体は死滅し、おいしく安全に食べられます。

ハンバーグ（火が通っていない）



ハンバーグ（火が通っている）



レバー（火が通っていない）



レバー（火が通っている）



（写真提供 昭和学院短期大学 畑江 敬子 学長）

- ・ 目安：調理完了後2時間以内に食べ終わる
- ・ 熱いものは熱いまま（60℃以上）提供し、冷たいものは冷たいまま（10℃以下）提供



保存する場合

- ・ 速やかに食品の温度を下げ、冷蔵庫へ
- ・ 温めなおすときは、良くかき混ぜながら十分加熱



施設の衛生管理について



- 調理施設全体
清掃、整理整頓
- 洗浄設備
器具用の洗浄剤や消毒剤
- 手洗い設備
石けんや消毒液
ペーパータオル
- トイレ
定期的な清掃、消毒

消 毒

- **熱処理**
煮沸：100℃の湯の中で5分以上煮る（ふきん等）
- **塩素系消毒薬**
有機物がある条件では効果が下がる
調理器具等には200ppm
ノロウイルス患者の吐物等の処理には1000ppm
- **エタノール系消毒薬**
約70%に薄めたものがいちばん効果的
汚れや水分があると、消毒効果が低下

塩素消毒の方法

次亜塩素酸ナトリウムを水で薄めて「塩素消毒液」を作ります。
なお、家庭用の次亜塩素酸ナトリウムを含む塩素系漂白剤でも
代用できます。

*濃度によって効果が異なりますので、正しく計りましょう。



	食器、カーテンなどの 消毒や拭き取り 200ppm の濃度の塩素消毒液		おう吐物などの 廃棄 (袋の中で廃棄物を浸す) 1000ppm の濃度の塩素消毒液	
	液の量	水の量	液の量	水の量
製品の濃度				
12%	5ml	3L	25ml	3L
6%	10ml	3L	50ml	3L
1%	60ml	3L	300ml	3L



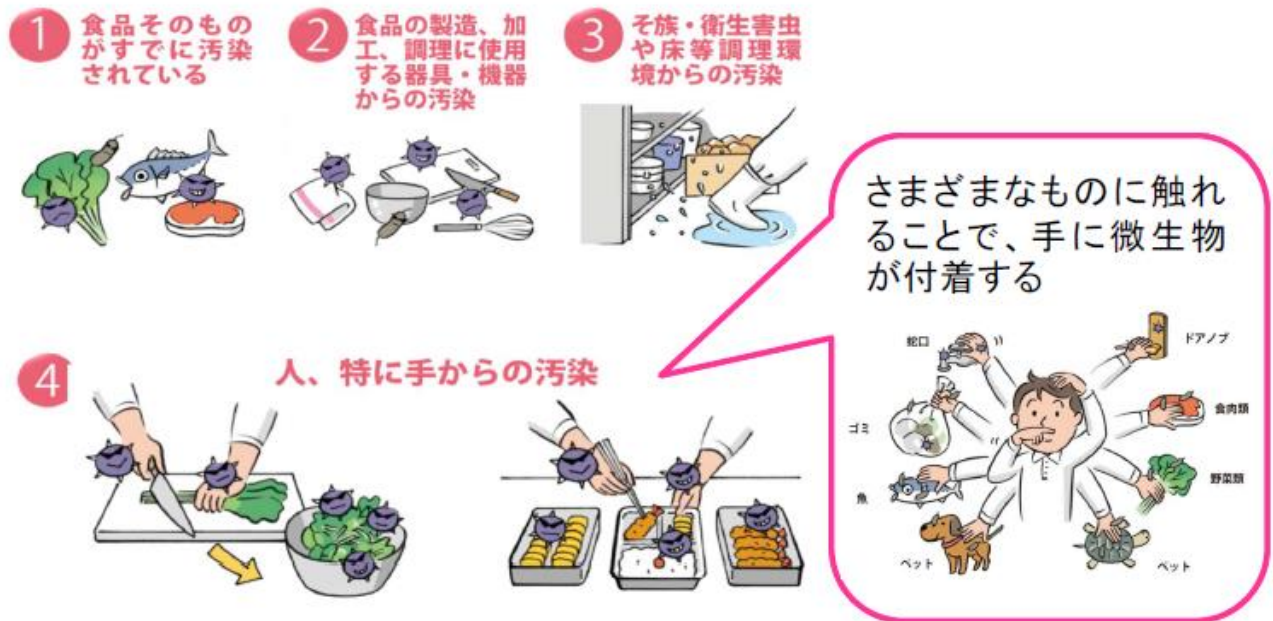
- ▶製品ごとに濃度が異なるので、表示をしっかり確認しましょう。
- ▶次亜塩素酸ナトリウムは使用期限内のものを使用してください。
- ▶おう吐物などの酸性のものに直接原液をかけると、**有毒ガスが発生することがあります**ので、必ず「使用上の注意」をよく確認してから使用してください。
- ▶消毒液を保管しなければならない場合は、消毒液の入った容器は、誤って飲むことがないように、消毒液であることをはっきりと明記して保管しましょう。

目 次

- 1 食中毒について
(食中毒発生状況及び事例等)
- 2 緊急時の対応
- 3 衛生管理について
(食材管理時の注意点等)
- 4 手洗いチェッカーを使ってみよう！

なぜ手洗いが有効か

- ・ 食中毒を起こす病原微生物は手を介して食品や調理器具を汚染する。
- ・ 一時的に手についた病原微生物は洗い落とすことができる。



(公社)日本食品衛生協会発行
「食中毒・感染症を防ぐ！！衛生的な手洗い」より

手を洗うタイミング

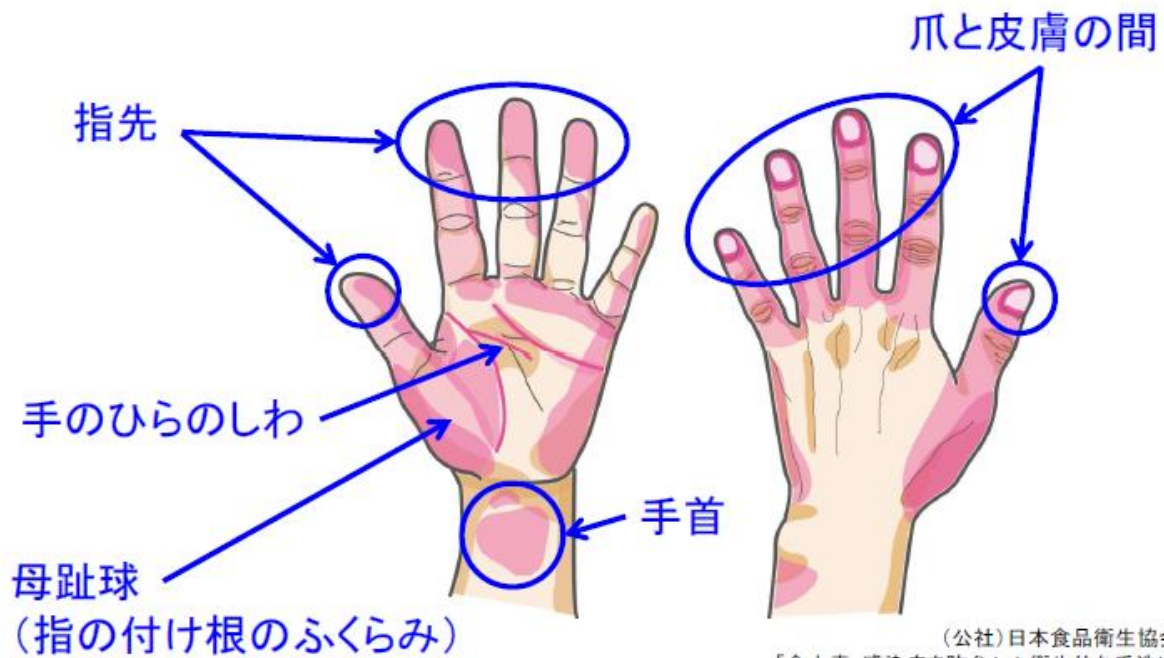
日常生活

- ・ 嘔吐物を処理したり接触した後
- ・ 用便後
- ・ 帰宅後
- ・ 廃棄物処理などの作業を行った後
- ・ 調理前および調理中の必要時

食品取扱い施設

- ・ 作業開始前
- ・ 用便後
- ・ 汚染作業区域から清潔区域に移動する前
- ・ 食品に直接触れる作業にあたる直前
- ・ 微生物の汚染源となるおそれのある食品等に触れた後、他の食品や器具等に触れる前
- ・ 盛り付け・配膳の前

洗いの残しの多い部分



(公社)日本食品衛生協会発行
「食中毒・感染症を防ぐ！！衛生的な手洗い」より

衛生的な手洗いの手順





7

指先を洗う



8

手首を洗う（内側・側面・外側）



9

洗剤を十分な流水でよく洗い流す



10

手をふき乾燥させる



11

アルコールによる消毒

2度洗いが効果的です！

2～9までの手順をくり返し2度洗いで菌やウイルスを洗い流しましょう。

※手指に傷がある人は、調理行為に参加しない

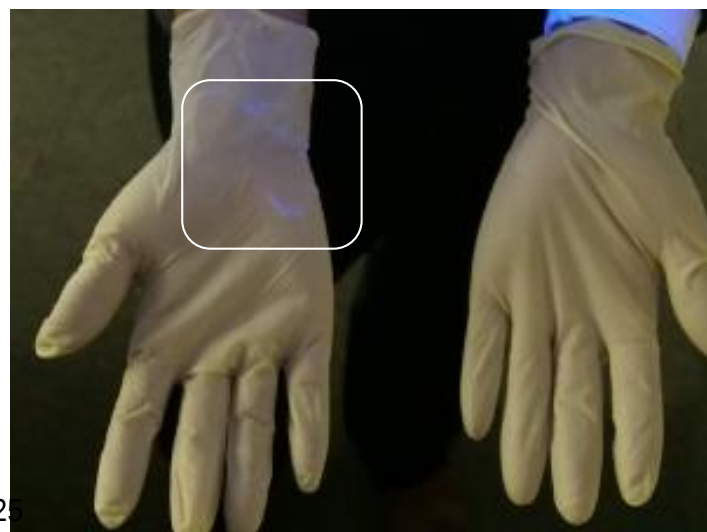
やむを得ず参加する場合は、手洗い後絆創膏や使い捨て手袋などを使用する

手袋着用前の十分な手洗い 正しい装着

手洗い



手袋着用



ご清聴ありがとうございました