

# 食中毒予防チェック表

つい見落としがちな食中毒対策の盲点をチェック！  
全ての項目をクリアできるようにしましょう。



## 手洗い



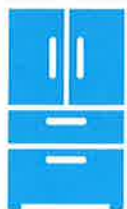
- 手洗い設備に余計なものを置いていませんか**  
きちんと手が洗える環境を整備しましょう。
- ペーパータオル又は清潔なタオルを使用していますか**  
タオルの共用は菌の汚染を広げてしまう可能性があります。
- 作業の前後にはこまめに手を洗っていますか**  
トイレの後はもちろん、生の魚や肉を取り扱った後なども手を洗いましょう。

## 従事者



- 調理する手に傷や化膿創がありませんか**  
傷口にはたくさんの菌がいます。必ず使い捨て手袋を着用しましょう。
- 下痢や吐き気など胃腸炎症状はありませんか**  
症状がある場合は調理作業に絶対に従事しないようにしましょう。
- 衛生的な作業着を着用していますか**  
調理場に細菌やウイルスを持ち込まないように清潔な服装に着替えましょう。

## 保管



- 冷蔵庫に材料を詰め込みすぎていませんか**  
冷蔵庫内が冷えにくく、先入れ先出しができなくなります。
- 肉や魚はビニール袋などに入れ、分けて保存していますか**  
生の肉や魚についている菌で他の食品を汚染しないよう気をつけましょう。
- 冷蔵保存の食品を常温保存していませんか**  
食品の表示をしっかりと確認し、保存方法を守って、期限内に使いましょう。

## 調理



- 調理後の食品を常温放置していませんか**  
調理途中や調理後の食品を保管する場合は、冷蔵庫で温度管理しましょう。
- 温め直すときも十分に加熱していますか**  
一度加熱した食品も、時間がたてば菌が増殖している可能性があります。
- おにぎりや和え物は手袋などを使用していますか**  
手指から食品への汚染を予防し、より衛生的に調理できます。