

手洗いはすべての基本！

1 手洗いはなぜ重要？

食中毒は、病原微生物等により汚染された食品を摂取することで発生する健康被害です。

考えられる食品の汚染経路はさまざまですが、

【・肉を触ったあとに野菜を切る
・トイレに行ったあとによく手を洗わずに食品を扱う など
手から食品を汚染させてしまうことも多いです。

しかし、手を介した汚染は**手洗い**によって防ぐことができます！



2 食中毒予防の3原則

付けない



手からの汚染を防ぐ

増やさない



適切な温度管理

やっつける



しっかり加熱

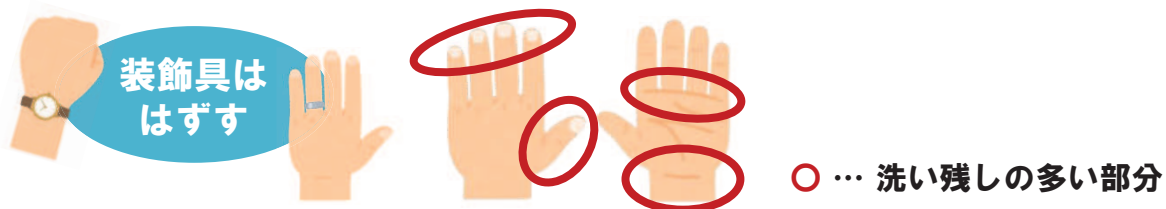
食中毒予防には、「**付けない**」、「**増やさない**」、「**やっつける**」の3つが挙げられます。病原微生物には少量で感染するものもあり、「**増やさない**」が当てはまらないものもあります。未加熱で提供する食品については「**やっつける**」も当てはまりません。そのため、「**付けない**」の手洗いは**食中毒予防のすべての基本**となります！

※ノロウイルス食中毒予防には、「持ち込まない、拡げない、加熱する、付けない」の4原則が言われていますが、同様に手洗いは重要です。

3

正しい手洗い、できていますか？

しっかり手洗いをしているつもりでも、洗い残しがあるものです。一般に、指の間・股、爪や手首などは洗い残しが多いと言われています。指輪や腕時計などを装着したまま手を洗うと、その部分にも洗い残しが発生するため、手洗いを行う際には、装飾具ははずすようにしましょう。



4

正しい手洗いの方法

正しい手洗いの方法を確認しましょう。

