



★☆☆コロナ禍の食中毒防止!おうちHACCP☆☆★

緊急事態宣言の発令もあり、外食ではなく、テイクアウトやデリバリーで食事を楽しむことがまた増えているのではないのでしょうか。コロナ禍で手洗いや消毒の習慣が強まっていますが、テイクアウトやデリバリーでは、調理してからお客さんが食べるまでの時間が長くなります。これから気温も更に熱くなることが予想されます。食中毒の危険は増えていきます。そこで、厨房に携わっている方ならよくご存じのHACCP!今回はご家庭で行うHACCPのポイントをご紹介します!

HACCP = 「Hazard(危害)」 「Analysis(分析)」 「Critical(重要)」 「Control(管理)」 「Point(点)」

おうちHACCP

Point 1 食品の購入

- ◎購入した食品は、肉汁や魚などの水分がもれないようにビニール袋などにそれぞれ分けて包み、持ち帰りましょう。
- ◎特に、生鮮食品などのように冷蔵や冷凍などの温度管理の必要な食品の購入は、買い物の最後にし、購入したら寄り道せず、まっすぐ持ち帰るようにしましょう。

Point 2 家庭での保存

- ◎冷蔵庫や冷凍庫の詰めすぎに注意しましょう。目安は、7割程度です。
- ◎冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は、-15℃以下に維持することが目安です。細菌の多くは、10℃では増殖がゆっくりとなり、-15℃では増殖が停止しています。しかし、細菌が死ぬわけではありません。早めに使いきるようにしましょう。

Point 3 下準備

- ◎ラップしてある野菜やカット野菜もよく洗いましょう。
- ◎冷凍食品など凍結している食品を調理台に放置したまま解凍するのはやめましょう。室温で解凍すると、食中毒菌が増える場合があります。解凍は冷蔵庫の中や電子レンジで行いましょう。また、水を使って解凍する場合には、気密性の容器に入れ、流水を使います。

食中毒の予防には「きれい」なことよりも「清潔」で「衛生的」なことが大切です。食中毒は簡単に基本的な予防方法をきちんと守れば、防ぐことができます。ご家庭でも是非HACCPを行ってみましょう!

★もちろん皆様の厨房でも、HACCP義務化に伴い、衛生対策の備品や設備・工事などお客様の管理方法にあったものを提案致しますので、いつでもお気軽にアーテックまでご相談ください。

Point 4 調理

- ◎加熱して調理する食品は十分に加熱しましょう。加熱を十分に行うことで、もし、食中毒菌がいたとしても殺すことができます。目安は、中心部の温度が75℃で1分間以上加熱することです。
- ◎料理を途中でやめてそのまま室温に放置すると、細菌が食品に付いたり、増えたりします。途中でやめるような時は、冷蔵庫に入れましょう。再び調理をするときは、十分に加熱しましょう。

Point 5 食事

- ◎調理前の食品や調理後の食品は、室温に長く放置してはいけません。例えば、O157は室温でも15~20分で2倍に増えます。

Point 6 残った食品

- ◎残った食品は早く冷えるように浅い容器に小分けして保存しましょう。
- ◎残った食品を温め直す時も十分に加熱しましょう。めやすは75℃以上です。味噌汁やスープなどは沸騰するまで加熱しましょう。



出展:厚生労働省HP