



食事を提供するには



東京都多摩立川保健所では、平成31年度に所管の6市（立川市・昭島市・国分寺市・国立市・東大和市・武蔵村山市）の子ども食堂に対してアンケート調査を行いました。

また、厚生労働省は「子ども食堂における衛生管理のポイント」をまとめています。

これらを基に、子ども食堂で食事を提供する際に気をつけてほしいポイントをまとめました。

1 計画

- 開設する前に、保健所に食品衛生に関することについてご相談ください。

※ 食品衛生法に基づく営業許可が必要ない場合がほとんどですが、安全・安心のため、ご相談いただくことをお勧めします。



- 調理担当者は食品衛生に関する基本的な知識を習得するように努めましょう。

食品衛生責任者養成講習会

一般社団法人東京都食品衛生協会が開催しています。

講習会の日程、受講方法等は、一般社団法人東京都食品衛生協会ホームページをご覧ください。

食品衛生に関するDVD・手洗いチェッカー

多摩立川保健所で貸し出しを行っています。

<DVDの例>

ノロウイルス、食中毒予防、衛生管理の基本

- 調理施設の規模や設備、調理担当者の人数や力量等に応じた、無理のない献立と提供食数を決めましょう。また、お年寄りや幼児、妊婦などの抵抗力が弱い方が食べる場合、サラダや刺身等の生ものの提供は控えましょう。

- 緊急時に備え、事前に連絡先を確認しておきましょう。

2 調理施設の衛生管理

- 調理施設は、給湯設備や手洗設備などが整っている施設を使用しましょう。

- 調理施設に備えておきたいもの

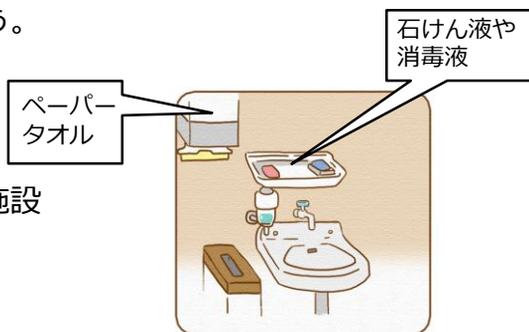
手指を洗うための
石けん液や消毒液

ペーパータオル

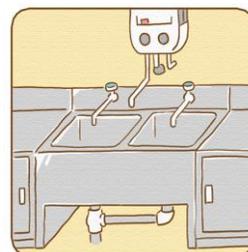
調理器具を洗うための洗浄剤

清潔なふきん

調理器具を消毒するための
次亜塩素酸ナトリウム、消毒用アルコール



手洗設備



洗浄設備（流し）

3 調理をする人の衛生管理

- 調理開始前には、調理をする人の健康チェックを行い、下痢・おう吐の症状があるなど体調不良の方は調理や配膳を行わないようにしましょう。
- 手指に傷があるときは、食品を取り扱う作業はしないか、調理用手袋を使用しましょう。
- 手指の爪は短く切り、指輪・腕時計等の装身具は外しましょう。
- 調理担当者はエプロンや三角巾、必要に応じてマスクなど、清潔な作業衣を身につけましょう。
- 髪が長い場合は結びましょう。また、トイレを利用する際や清掃の際は、調理時の作業衣を取り外すようにしましょう。
- 石けん液と流水を使って手洗いをしましょう。



**①～⑥を
二回繰り返すと
効果的！**

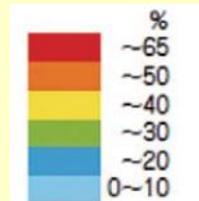
最後に、消毒用アルコールを手指にすり込むと、より効果的です。



洗い残しの多い箇所



洗い残した人の割合



● 手洗いのタイミング



**盛り付け前にも
忘れずに！**

- 使い捨て手袋を過信せず、着用するときも衛生的な手洗いを行いましょう。

4 食材の確認

- 調理当日に保存方法を確認した上で、生鮮食品については1回で使い切る量を購入し、調理の前に食品に異常がないか確認をしましょう。

包装状態

色

臭い

- 消費期限、賞味期限を守りましょう。

※ **消費期限**：「安全に食べられる期限」

この期限を過ぎたら食べるのはやめましょう。

※ **賞味期限**：「おいしく食べられる期限」

この期限を過ぎても直ちに食べられなくなるものではありませんが、食品の保管時は定期的に期限表示を確認しましょう。

5 調理

つけない



☆ 野菜・果物や魚介類は、流水でよく洗いましょう。

☆ まな板、包丁などの調理器具や容器は、肉類、魚介類、野菜などの用途別に使い分けましょう。特に、下処理用の調理器具と、加熱しないで食べる完成品用の調理器具は使い分けましょう。それが難しい場合は、使用の都度、洗浄剤でしっかり洗い、次亜塩素酸ナトリウムや消毒用アルコールで消毒しましょう。

☆ 盛り付けは、専用のはしやトングまたは、使い捨て手袋を使用して行いましょう。

下処理用



完成品用



ふやさない

☆ 前日調理はやめ、調理した当日中に食べましょう。

☆ 冷蔵や冷凍が必要なものは、冷蔵庫や冷凍庫に保管しましょう。

☆ 冷蔵庫・冷凍庫から出した原材料は、速やかに下処理、調理を行いましょう。冷凍食品は室温で解凍せず、冷蔵庫または流水で解凍しましょう。

☆ 調理完了後、概ね2時間以内に食べるよう努めましょう。



やっつける

☆ 加熱する調理品は、中心部まで十分に加熱しましょう。
(中心部が75℃で1分以上)



- ※ 止むを得ず自宅で調理する場合は、自宅では原材料のカット等の下処理程度にとどめ、最終加熱は提供する場所で行いましょう。
- ※ 提供場所以外で作った食品を持ち込む場合は、調理をしてから提供までの食品の温度管理に特に気をつけましょう。

6 消毒

- 調理をする前に調理場や調理器具、食器等を洗浄し、熱湯や次亜塩素酸ナトリウム、消毒用アルコールなどで消毒をしましょう。
- トイレの清掃は、作業開始前、終了後などに行い、次亜塩素酸ナトリウムによる消毒も忘れずに行って衛生的に保ちましょう。
- 施設管理者におう吐等感染症のエピソードがないか確認しましょう。利用者等がおう吐した場合には、ペーパータオルや消毒剤を用いて速やかにおう吐物の処理を行いましょう。

！塩素系漂白剤は使用上の注意を守りましょう。
 ！作ってから時間が経つと効果が弱まってしまうため、作り置きはしないようにしましょう。
 ！誤飲防止のため、消毒液と書いておき、食品とは別の場所に保管しましょう。

次亜塩素酸ナトリウムの希釈方法 (原液5~6%)

0.02%

調理場、トイレ等の消毒に



水 2L



次亜塩素酸ナトリウムを
ペットボトルの
キャップ2杯
(約10mL)



0.1%

おう吐物等の消毒に



水 2L



次亜塩素酸ナトリウムを
ペットボトルの
キャップ8杯
(約40mL)



7 その他

- 異物混入対策
金属など硬質性の異物は健康被害を及ぼすこともあります。原材料も含めて必ず目視確認するなど、調理作業中での異物混入を防止しましょう。
- 食物アレルギー対策
参加者の食物アレルギーの有無を確認しましょう。食物アレルギーについて特別の対応をしない場合は、事前にその旨を参加者に情報提供しましょう。
食物アレルギーの除去食を調理するには、調理場や調理器具、食器具などを分ける必要があります。また、容器包装された加工食品にはアレルギー表示があります。食材の表示も確認が必要です。
安全を第一に考え、無理な対応はやめましょう。

表示義務がある7品目



えび かに 小麦 そば



卵 乳 落花生
ピーナッツ

表示が推奨されている21品目



あわび いか いくら オレンジ カシュー ナッツ キウイ フルーツ 牛肉 くるみ ごま さけ



さば ゼラチン 大豆 鶏肉 バナナ 豚肉 まつたけ もも やまいも りんご アーモンド

- 食事時の誤嚥・窒息について
小さなお子さんが参加する場合、窒息事故が起きないように、メニューや食事の提供の仕方について配慮しましょう。
- 万一、窒息事故や食物アレルギー等の事故が起きた時に備えて、応急処置の方法を確認するとともに、近隣の医療機関等、緊急時の連絡先を控えておきましょう。
- 食中毒や食物アレルギー等の事故が疑われた場合、速やかに保健所に連絡してください。

<参考>

厚生労働省「子ども食堂における衛生管理のポイント」
 東京都「ノロウイルス対応標準マニュアル」
 東京都「子供食堂推進事業実施要綱」
 東京都多摩立川保健所「保育園等における食物アレルギー対策～ヒヤリハット事例より～」

〈問合せ先〉

東京都多摩立川保健所 食品衛生担当

〒190-0023 東京都立川市柴崎町2-21-19

電話：042-524-5171 FAX：042-528-2777