

～ 正しく手洗いでできていますか？ 衛生的な手洗いについて ～

「食品衛生は手洗いに始まって、手洗いに終わる」と言われるように、手洗いは食中毒予防の基本です。手洗いの重要性を理解し、取り組むようにしましょう。

●衛生的手洗いの目的

手には目に見えない有害な細菌やウイルスが付着している事があります。手に有害な細菌やウイルスが付着したまま調理作業を行うと、触れた器具や食品を汚染し食中毒を引き起こす可能性があります。

食事の前や帰宅後等の日常生活で行う手洗いの方法では、細菌やウイルスを十分に除去することができません。衛生的な手洗いは、普段の手洗いでは難しい、手に付着した有害な細菌やウイルスを物理的に洗い流し、清潔な状態で食品を取り扱うために行うのです。

●手を洗うタイミング

- ・調理場に入る時
- ・食品に触れる作業の前
- ・魚や生肉に触れた後
- ・トイレの後
- ・顔や髪に触れた後
- ・汚い物に触れた後 等

手を洗う前にチェック ※洗い残しの原因になります

- ・爪が長く伸びていないかの確認。爪を短く切りそろえる。
- ・マニキュア、ネイルアート等とはとる。
- ・腕時計や指輪等の装身具を外す。

●基本の手洗い手順



②から⑨までを繰り返して二度洗いすると効果的です(青枠箇所)。

手洗い後、アルコールによる消毒（爪下、爪周辺に直接かけた後、手指全体によく擦り込む）を行いましょう。

※食品・飲料水等の検査に関するご相談・お問い合わせ先

公益財団法人北九州生活科学センター

〒804-0003 北九州市戸畑区中原新町 1-4 TEL:093-881-8282 FAX:093-881-8333