



たべもの安全情報

第6号

平成 26 年 1 2 月 8 日 発行

東京都西多摩保健所 生活環境安全課
食品衛生第一係 (0428-22-6141)
食品衛生第二係 (042-596-3113)

手を洗った“つもり”になっていませんか!?

いよいよ寒い冬の到来です。冷たい水に触るのが嫌で、手洗いをしなかったり、石鹸を使わずに水だけでさっと済ませてしまったりと、手洗いが疎かになっていませんか? きちんとした手洗いをしていないと、風邪などの感染症のほか、食中毒になる可能性もあるので注意が必要です。

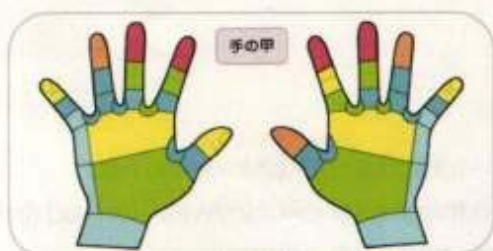
なぜ、きちんと手洗いをしないといけないの?

きちんとした手洗いが出来ていないと、食中毒の原因となる細菌やウイルスが手に付いたままになってしまう可能性があります。そのような手で食べ物に直接接触すると、食べ物と一緒に細菌やウイルスが口の中に入り、食中毒になってしまうことがあります。実際に手洗い不足が原因とされる食中毒が多発しています。手洗いは最も基本的かつ重要な食中毒予防法の一つであることを覚えておきましょう!

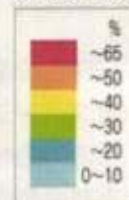


洗い残しには要注意!

下の図は、蛍光ローションを用いて洗い残しが多い部位はどこかを調べた調査研究の結果です。最も洗い残しが多かった部位は、「指先」、「爪の間」、「手の甲」、「手のしわ」でした。また、「利き手」に洗い残しが多い傾向がありました。手洗いをする際は、これらの点を意識するように心掛けましょう!



洗い残した人の割合



(平成 22・23 年に東京都多摩小平保健所が実施した 1,412 名の調査結果より)

手洗いの手順



1
流水で手全体を濡らし、
石鹸をつけて手のひらを
よくこする



2
手の甲を
伸ばすようにこする



3
指先・爪の間を
念入りにこする



4
指の間を洗う



5
親指と手のひらを
ねじるように洗う



6
手首を洗い、流水で流す
清潔なタオルでふく

手洗いのタイミング

- ・外から帰ってきたとき
- ・トイレの後
- ・食事の前
- ・料理をする前
- ・生肉や生魚を触った後

きちんと
手洗いをして、
食中毒を防ごう！

手洗いのポイント

- ・1度だけでなく、2度洗いが食中毒予防に効果的です！
- ・お湯を使うと、寒い季節でも十分な手洗いにつながります！
- ・腕時計や指輪を外してから手を洗いましょう！



食品の安全・安心に関する最新情報をホームページで発信中！！

より詳しい情報はこちらへ ↓↓

「食品衛生の窓」(東京都福祉保健局食品監視課)

トップページ <http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/shokuhin/index.html>

手洗いのページ <http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/shokuhin/wash/index.html>

「東京都西多摩保健所」 <http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/nisitama/>