

B-Net 翔

発行 / 株式会社 日本環境ビルテック
東京都豊島区南大塚 3-36-7 大塚 T&T ビル 3F
TEL 03-5979-5545 代表

第3号

■目次

- ・ これからの時期は、食中毒にご注意を！
- ・ 新しい管理現場のご紹介
- ・ 福利厚生充実を目指して
- ・ ガネーシャ、ガナパーティのご案内

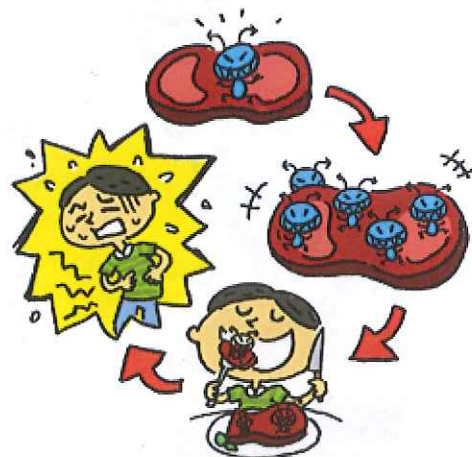
■ これからの時期は、食中毒にご注意を！

▶ 食中毒の原因は何？



食中毒の主な原因は「細菌」と「ウイルス」食中毒を引き起こす主な原因は、「細菌」と「ウイルス」です。細菌もウイルスも目には見えない小さなものです。細菌は温度や湿度などの条件がそろえば食べ物の中で増殖し、その食べ物を食べることにより食中毒を引き起こします。一方、ウイルスは自ら増殖しませんが、食べ物を通じて体内に入ると腸管内で増殖し、食中毒を引き起こします。

細菌が原因となる食中毒は夏場（6月～8月）に多く発生しています。その原因となる細菌の代表的なものは、腸管出血性大腸菌（O157、O111など）やカンピロバクター、サルモネラ菌などです。食中毒を引き起こす細菌の多くは、室温（約20℃）で活発に増殖し始め、人間や動物の体温ぐらいの温度で増殖のスピードが最も速くなります。また、細菌の多くは湿気を好むため、気温が高くなり始め、湿度も高くなる梅雨時に、食中毒が増え始め、例えば、O157やO111などの場合は、7～8℃ぐらいから増殖し始め、35～40℃で最も増殖が活発になります（*）。一方、代表的なウイルスであるノロウイルスは、調理者から食品を介し



て感染する場合が多く、ほかに二枚貝に潜んでいることもあります。特に冬は、ノロウイルスによる食中毒が毎年多く発生しています。このほか、毒キノコやフグなどの「自然毒」、殺菌剤などの「化学物質」なども、食中毒の原因となっています。このようにさまざまな原因物質によって、食中毒は一年中発生しています。

*参考：「食品健康影響評価のためのリスクプロファイル
～牛肉を主とする食肉中の腸管出血性大腸菌～」(食品安全委員会)

▶ 食中毒予防の3原則



食中毒の原因を「つけない」「増やさない」「やっつける」。

食中毒は、その原因となる細菌やウイルスが食べ物に付着し、体内へ侵入することによって発生します。食中毒を防ぐためには、細菌などを食べ物に「つけない」、食べ物に付着した細菌を「増やさない」、食べ物や調理器具に付着した細菌やウイルスを「やっつける」という3つのことが原則となります。その基本的な方法は、次のとおりです。

つけない



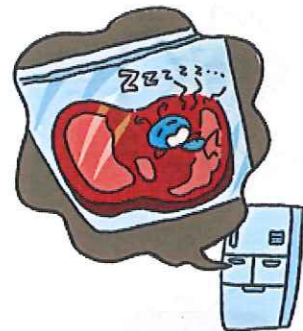
洗う！分ける！

手にはさまざまな雑菌が付着しています。食中毒の原因菌やウイルスを食べ物に付けないように、次のようなときは、必ず手を洗いましょう。

調理を始める前

生の肉や魚、卵などを取り扱う前後調理の途中で、トイレに行ったり、鼻をかんだりした後おむつを交換したり、動物に触れたりした後食卓につく前残った食品を扱う前また、生の肉や魚などを切ったまな板などの器具から、加熱しないで食べる野菜などへ菌が付着しないように、使用の都度、きれいに洗い、できれば殺菌しましょう。加熱しないで食べるものを先に取り扱うのも1つの方法です。焼肉などの場合には、生の肉をつかむ箸と焼けた肉をつかむ箸は別のものにしましょう。食品の保管の際にも、他の食品に付いた細菌が付着しないよう、密封容器に入れたり、ラップをかけたりすることが大切です。

増やさない



低温で保存する！

細菌の多くは高温多湿な環境で増殖が活発になりますが、10℃以下では増殖がゆっくりとなり、マイナス15℃以下では増殖が停止します。食べ物に付着した菌を増やさないためには、低温で保存することが重要です。肉や魚などの生鮮食品やお総菜などは、購入後、できるだけ早く冷蔵庫に入れましょう。なお、冷蔵庫に入れても、細菌はゆっくりと増殖しますので、冷蔵庫を過信せず、早めに食べるのが大切です。

やっつける



加熱処理！

ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅しますので、肉や魚はもちろん、野菜なども加熱して食べれば安全です。特に肉料理は中心までよく加熱することが大切です。中心部を75℃で1分以上加熱することが目安です。

ふきんやまな板、包丁などの調理器具にも、細菌やウイルスが付着します。特に肉や魚、卵などを使った後の調理器具は、洗剤でよく洗ってから、熱湯をかけて殺菌しましょう。台所用殺菌剤の使用も効果的です。

▶ 食中毒を防ぐ6つのポイント



家庭での食中毒予防は、食品を購入してから、調理して、食べるまでの過程で、どのように、細菌を「つけない」「増やさない」「やっつける」を実践していくかにあります。ここでは、「買い物」「家庭での保存」「下準備」「調理」「食事」「残った食品」の6つのポイントで、具体的な方法を紹介していきます。

【買い物】

- 消費期限を確認する
- 肉や魚などの生鮮食品や冷凍食品は最後に買う
- 肉や魚などは汁が他の食品に付かないように分けてビニール袋に入れる
- 寄り道をしないで、すぐに帰る

【家庭での保存】

- 冷蔵や冷凍の必要な食品は、持ち帰ったらすぐに冷蔵庫や冷凍庫に保管する
- 肉や魚はビニール袋や容器に入れ、他の食品に肉汁などがつかないようにする
- 肉、魚、卵などを取り扱うときは、取り扱う前と後に必ず手指を洗う
- 冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下に保つ
- 冷蔵庫や冷凍庫に詰めすぎない（詰めすぎると冷気の循環が悪くなる）

【下準備】

- 調理の前に石けんで丁寧に手を洗う
- 野菜などの食材を流水できれいに洗う（カット野菜もよく洗う）
- 生肉や魚などの汁が、果物やサラダなど生で食べるものや調理の済んだものにつかないようにする
- 生肉や魚、卵を触ったら手を洗う
- 包丁やまな板は肉用、魚用、野菜用と別々にそろえて使い分けると安全
- 冷凍食品の解凍は冷蔵庫や電子レンジを利用し、自然解凍は避ける
- 冷凍食品は使う分だけ解凍し、冷凍や解凍を繰り返さない
- 使用後の布巾やタオルは熱湯で煮沸した後しっかり乾燥させる
- 使用後の調理器具は洗った後、熱湯をかけて殺菌する（特に生肉や魚を切ったまな板や包丁）。台所用殺菌剤の使用も効果的。

【調理】

- 調理の前に手を洗う
- 肉や魚は十分に加熱。中心部を75℃で1分以上の加熱が目安

【食事】

- 食べる前に石けんで手を洗う
- 清潔な食器を使う
- 作った料理は、長時間、室温に放置しない

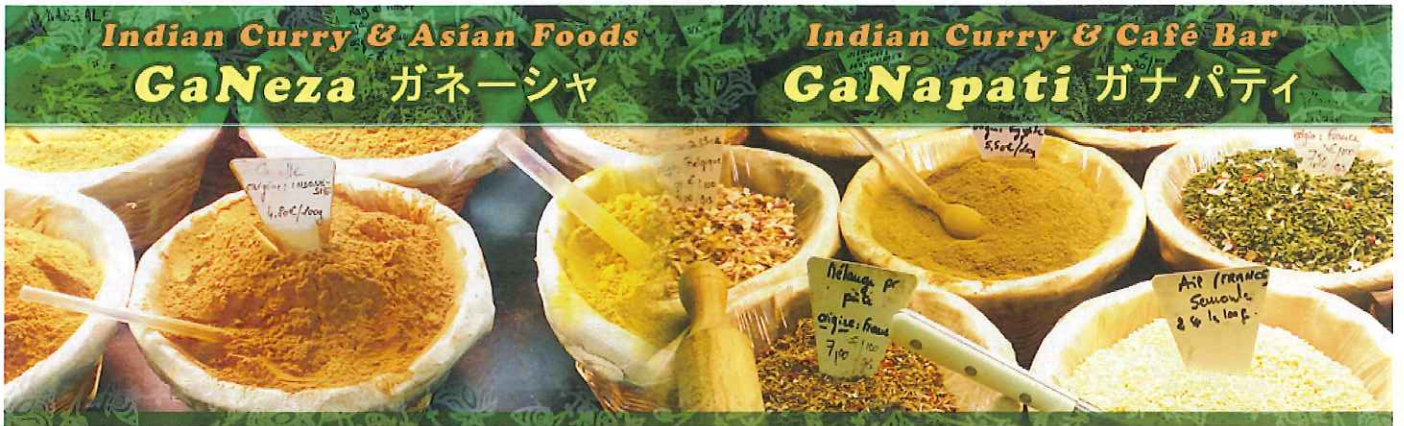
【残った食品】

- 残った食品を扱う前にも手を洗う
- 清潔な容器に保存する
- 温め直すときも十分に加熱
- 時間が経ちすぎたものは思い切って捨てる
- ちょっとでもあやしいと思ったら食べずに捨てる



■ アジアンテイストをご賞味ください！

当社の関連会社 日本フードキャストは、都内でアジアン料理のお店を経営しております。お近くにお越しの際はお立ち寄りください。



■ 焼きたてのナン

- ・プレーンナン
- ・ガーリックナン
- ・ココナッツナン etc



■ 濃厚なカレー

- ・ポークマサラカレー
- ・サグカレー
- ・バターチキンカレー etc



■ ランチタイム 11:00~15:00

- Aセット 780円 (カレー・ナン・ライス)
- Bセット 880円 (上記にサラダ・飲物付き)

※毎週金曜日のディナーはレディースデー
女性のお客様、女性同伴のお客様は料金より
10%サービスさせていただきます。

■ ガネーシャ日本橋浜町店

東京都中央区日本橋浜町2-30-6
TEL: 03-5439-5072

■ ガネーシャ東麻布店

東京都港区東麻布1-9-16
TEL: 03-5575-5455

■ ガナパティ三田店

東京都港区三田4-1-4
TEL: 03-5623-5460

■ ガナパティ東日本橋店

東京都中央区東日本橋3-7-8
TEL: 03-5645-7550

■ ガネーシャ日本橋兜町店

東京都中央区日本橋兜町17-1
TEL: 03-5643-6661

営業時間 / 11:00~22:00 店休日 / 無休 (三田店・日本橋兜町店は、日曜日店休)

※詳しくはホームページをご覧ください。 <http://foodcast.jp/curry/index.html>