

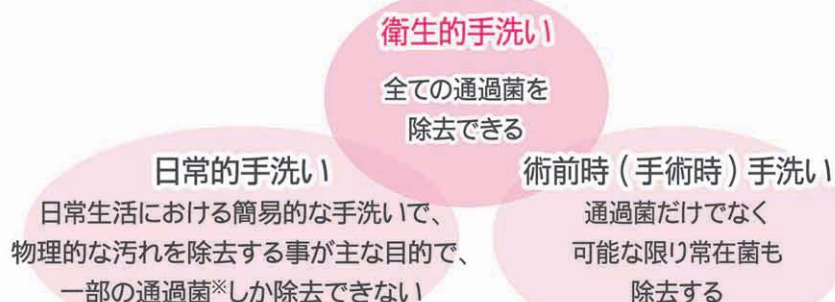
「衛生的な手洗い」のポイント

昨年 11 月頃よりノロウイルスが猛威をふるい、今年に入ってインフルエンザが増加傾向にあります。ノロウイルスおよびインフルエンザを予防出来る最も簡単かつ重要な対策が「衛生的な手洗い」です。そこで今回は、「衛生的な手洗い」のポイントをご紹介します。



衛生的な手洗いとは

手洗いの目的は、「手についた目に見える汚れだけでなく、目に見えない病原微生物も洗い落とし、手を衛生的な状態にすること」です。手洗いは、細菌を除去するレベルによって主に3種類の方法に分類されます。食品取扱者は全ての通過菌を除去出来る「衛生的な手洗い」を行ってください。



※通過菌…厨房内で様々な食品や器具等に手が触れると、その環境にいる微生物（大腸菌や黄色ブドウ球菌、場合によってはウイルスなど）が一時的に手に付着します。これらの微生物を通過菌といいます。

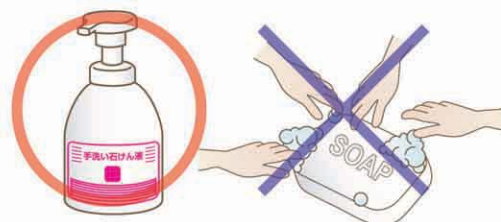
STEP① 手洗い設備を整える

つつい忘れがちな手指消毒用アルコールやペーパータオルなどの補充ですが、定期的にチェックする習慣をつけましょう！

手洗い石けん

液体石けんを使用しましょう。希釈して使用する液体石けんは説明書に従って適正な濃度で使用してください。

※固形石鹸は多くの人が触るため汚染やすく、調理場での使用には適切ではありません。



爪ブラシ

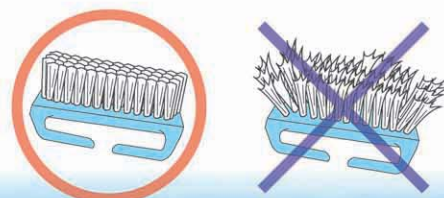
●可能な限り共用せず、個人用を用意しましょう。また、使用後はしっかり洗浄・消毒し、吊るすなど乾燥しやすい状態で保管してください。

※爪ブラシを共用すると、爪ブラシを介して手指に付着している細菌やウイルスが他の人に付着する恐れがあります。

●毛先が広がったもの、汚れがひどいものは使わず新しいものに交換してください。

●毛の硬すぎる爪ブラシは使用しないでください。

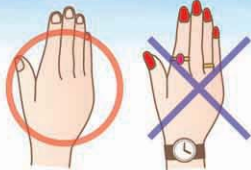
※毛の硬すぎる爪ブラシは、手指を傷つけて手荒れの原因となります。



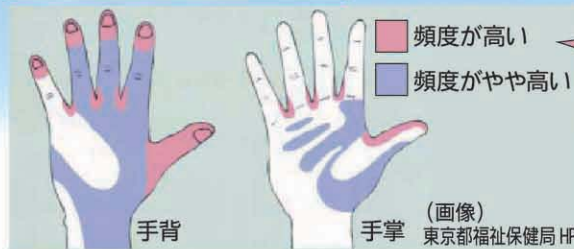
STEP② 手洗い石けん液による洗浄

手洗い前の確認事項

- 爪は短く切っていますか？
- 指輪や時計は外していますか？



洗い残しが発生しやすい部位



特にピンク色の箇所の洗い残しに注意！

- 指先・爪
- 指と指の間
- 親指

洗い残しをなくすために、次の方法で手洗いをして下さい！

乾いた手に石けん液をつけると泡立ち不良や手荒れの原因につながる恐れがあります。流水で手指についている汚れを落としてから石けん液をつけましょう。石けんがよく泡立ちます。



しわの間を洗い残さないようよくこする
(5回以上)



手のひらで手の甲を伸ばすように
(5回ずつ)



指と指の間は両手をからめて
(5回以上)



ねじるようにして。関節のしわも
(5回ずつ)



手のひらでこするように
(5回ずつ)



手首(しわを入念に)も手のひらでしっかりこする。
半袖の場合はひじまで



爪ブラシで洗う

STEP③ すすぎ・水気拭き取り

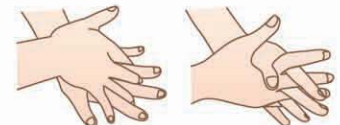
ペーパータオルで拭く行為は、手指についている微生物を減少させる効果があります。また、手指に水分が残っていると、次に行うアルコール消毒の効果が薄れてしまいます。



注)
水気が残ったままでは、アルコールによる消毒効果が十分に得られません！
水気は完全に拭き取ってください！

STEP④ アルコール製剤による消毒

流水と石けんによる手洗いの場合、手のひらと甲から洗い始めますが、アルコール消毒の場合は指先から行います。



おすすめ手洗い石けん液

ニヤカ
薬用ハンドウォッシュBG

逆性石けんが有効成分の手洗い石けん液です。石けん臭がありませんので、ニオイを気にする飲食店・食品スーパーにオススメです。手肌に優しいので、1日に何度も手洗いする現場にオススメです。手指を洗うと同時に殺菌・消毒ができます。

