

ハサップ
HACCPの考え方を取り入れた衛生管理のための手引書
(小規模な一般飲食店事業者向け)

平成 31 年 2 月改訂



公益社団法人日本食品衛生協会

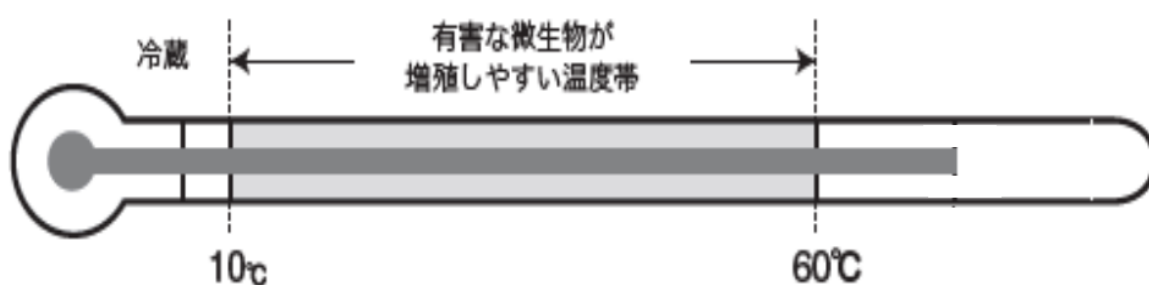
3. 重要管理のポイントを確認しましょう

- (1) 食品を 10～60℃の温度帯（危険温度帯）においたままにすると、食品についた細菌がぐんぐん増えてしまいます。

しかし、この危険温度帯でも短時間なら有害なレベルまで増殖するチャンスはありませんので、短時間となるように、すばやく冷却するなどの対応が必要となります。

そこで

調理中の危険温度帯に着目してチェック方法を定めます。



次のページからの内容に従って、

様式 別紙1の「一般飲食店における衛生管理計画」⑤（P37）に記載していきましょう

① メニューを分類しましょう

様式：P37⑤

調理の際に、加熱、冷却、保存などの種類から、以下の3つのグループでメニューを分類してみましょう。

第1 グループ：非加熱のもの（冷蔵品を冷たいまま提供）

第2 グループ：加熱するもの（冷蔵品を加熱し、熱いまま提供）、
（加熱した後、高温保管を含む）

第3 グループ：加熱後冷却し再加熱するもの、または、加熱後冷却するもの

メニューの分類（グループ）	該当するメニュー（例）
第1グループ： 非加熱のもの （冷蔵品を冷たいまま提供）	刺身、冷奴 等
第2グループ： 加熱するもの （冷蔵品を加熱し、熱いまま提供）、 （加熱した後、高温保管含む）	ステーキ、焼き魚、焼き鳥、 ハンバーグ、てんぷら、唐揚げ、 ライス 等
第3グループ： 加熱後冷却し再加熱するもの、 または、加熱後冷却するもの	カレー、スープ、ソース、たれ ポテトサラダ 等



② 重要管理ポイントのチェック方法の決定

様式：P37⑤

メニューを分類したら、それぞれのチェック方法を決めましょう。

第1グループ

分類	メニュー	チェック方法（例）
第1グループ： 非加熱のもの （冷蔵食品を冷たいまま提供）	刺身、冷奴 等	冷蔵庫より取り出したら すぐに提供する、 冷蔵庫の温度 等

〈具体的なチェック方法（例）〉

例）サラダ

- 野菜を十分に洗浄し、盛り付けて提供。
- すぐに提供しない場合は冷蔵庫で保管しておき、盛り付ける直前に冷蔵庫から出して盛り付けて提供



加熱しない料理では、加熱調理工程がないため、食材に付着している有害な微生物を殺菌することができません。

そのため、有害な微生物に汚染されていない食材を使用するか、万が一、付着した有害な微生物が増殖しないように冷蔵庫（低温）で保管しましょう。

ここが
ポイント



第2グループ

分類	メニュー	チェック方法（例）
第2グループ： 加熱するもの （冷蔵品を加熱し、熱 いまま提供）、（加熱 した後、高温保管を含 む）	ステーキ、焼き魚、 焼き鳥、ハンバーグ、 てんぷら 等	火の強さや時間、見た目、 肉汁の色、焼き上がりの触 感（弾力）、中心温度 等

〈具体的なチェック方法（例）〉

食品の中心部が十分に加熱されたときの火の強さや時間、見た目（形状・色）、中心部の色などを確認しておき、日々の調理の中では、見た目などによって加熱が十分であることを確認しましょう。

新しいメニューを追加した場合にも同様の確認を行いましょう。

その都度の記録は必要ありませんが、1日の最後に結果を記録し、また、問題があった場合にはその内容を記録用紙（日誌）に書き留めておきましょう。

できれば食品の中心温度の確認も実施し、有害な微生物が殺菌できる温度まで加熱できているかどうかの確認を行いましょう。新しくメニューを考えたときなどに確認を行ってはどうか。

ここが
ポイント



鶏肉などの食肉は有害な微生物に汚染されている可能性があるため、十分な加熱を行うようにしましょう。

また、加熱調理後、盛り付け時など手指や調理器具（皿なども含む）を介して食品を汚染させないように注意しましょう。

（参考）食肉などに付着している多くの有害な微生物は、75℃で1分間以上の加熱で死滅します。そのため、中心部まで火を通すことが重要とされています。

出典：厚生労働省リーフレット「お肉の食中毒を避けるにはどうしたらよいの？」
 温度計の精度の確認（校正）を行う場合は手順書の8（P50）を参考にしてください。

加熱の例：ハンバーグステーキ



上面に透明な肉汁が出る



中心部 76℃、余熱で 78℃
これでよい

出典：内閣府食品安全委員会
「これだけは知っておきたい調理法」
より改変

※ハンバーグ・つくねなどの挽肉料理は、中心部まで十分火がとおり、「肉汁が透明」になって「中心部の色が変わる」まで加熱することが必要とされています。

出典：厚生労働省リーフレット「お肉の食中毒を避けるにはどうしたらよいの？」

例) シチュー、スープ、ソースなどの液体食品

- ・加熱して沸騰したときに泡がボコボコ出て、湯気が十分に出ていることを確認。



例) 牛肉のステーキ

- ・レアであっても、表面は十分に加熱。



【カンピロバクター、腸管出血性大腸菌O157など】

生肉や内臓に付着している可能性のある病原菌は、カンピロバクター、腸管出血性大腸菌、サルモネラ属菌など、多くの食中毒の原因菌があります。また、これらの菌の一部は少量の菌量で発症するとされており、発症すると症状が重篤となり、死者が出る場合もあります。

もともと食品に付着している可能性のある有害な微生物は、十分加熱して、やっつけましょう。

第3グループ

分類	メニュー	チェック方法（例）
第3グループ： 加熱後冷却し再加熱するもの、または、加熱後冷却するもの	カレー、スープ、ソース、たれ、ポテトサラダ 等	加熱後速やかに冷却、再加熱時の気泡、見た目、温度等

〈具体的なチェック方法（例）〉

加熱の状況の確認は第2グループと同様に行います。

ここがポイント

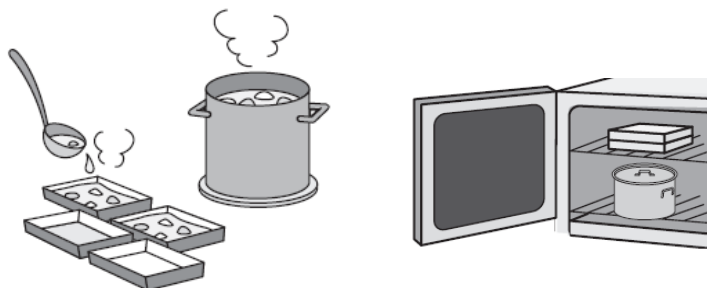
加熱後、冷却の段階で危険温度帯（10～60℃）に長く留まらないようにすることが重要です。

（参考）米国FDA では2 時間以内に 21℃以下に、さらに 4 時間以内に 5℃以下に冷却することとされています。また、国内の給食施設を対象とした「大量調理施設衛生管理マニュアル」では、より厳しく 30 分以内に 20℃以下に、1 時間以内に 10℃以下に冷却するよう工夫することとされています。

出典：FDA（米国食品医薬品局） Food Code 2017

冷却する場合には、危険温度帯（10～60℃）に長く留まらないようにするため、すみやかに冷却する必要があります。

そのためには、小さな容器に食品を小分けしたり、食品の入った鍋のあら熱をとり、ふたをして鍋ごと冷蔵するなどして、冷却ムラを防ぐことが重要です。



第1グループと第3グループを混ぜるときは、第3グループの食材がすみやかに冷却された後に混ぜるようにしましょう。

また、第3グループと第3グループを混ぜて保管するときは、最初の加熱が終わってからすみやかに冷却し、混ぜた後でもすみやかに冷却しましょう。

【ウェルシュ菌】

ウェルシュ菌は、広く自然界に分布し、熱に強い芽胞を形成し、通常の加熱調理では死滅しません。その後の冷却が緩慢になると急速に増殖します。

このため加熱後に保管する際には、直ちに小分けし、短時間で急速冷却する必要があります。また、再加熱する際は、提供直前によくかき混ぜながら十分な加熱を行いましょう。

■様 式

別紙1 一般飲食店における衛生管理計画

一般的衛生管理のポイント		
①	原材料の 受入の確認	いつ 原材料の納入時・その他（ ）
		どのように
		問題が あったとき
②	庫内温度の 確認（冷蔵 庫・冷凍 庫）	いつ 始業前・作業中・業務終了後・その他（ ）
		どのように
		問題が あったとき
③-1	交差汚染・ 二次汚染の 防止	いつ 始業前・作業中・業務終了後・その他（ ）
		どのように
		問題が あったとき
③-2	器具等の 洗浄・消 毒・殺菌	いつ 始業前・使用後・業務終了後・その他（ ）
		どのように
		問題が あったとき
③-3	トイレの 洗浄・消毒	いつ 始業前・作業中・業務終了後・その他（ ）
		どのように
		問題が あったとき
④-1	従業員の 健康管理 等	いつ 始業前・作業中・その他（ ）
		どのように
		問題が あったとき
④-2	手洗いの 実施	いつ トイレの後、調理施設に入る前、盛り付けの前、作業内容変更時、 生肉や生魚などを扱った後、金銭をさわった後、清掃を行った後 ・その他（ ）
		どのように
		問題が あったとき

⑤ 重要管理のポイント		
分類	メニュー	チェック方法
非加熱のもの (冷蔵品を冷たいまま提供)		
加熱するもの (冷蔵品を加熱し、熱いまま提供)		
(加熱した後、高温保管)		
加熱後冷却し、再加熱するもの		
(加熱後、冷却するもの)		

作成者サイン	作成した日	年	月	日
--------	-------	---	---	---

⑤ 重要管理のポイント		
分類	メニュー	チェック方法
非加熱のもの (冷蔵品を冷たいまま提供)	刺身、冷奴	冷蔵庫より取り出したらずぐに提供する
加熱するもの (冷蔵品を加熱し、熱いまま提供)	ハンバーグ	火の強さや時間、肉汁、見た目で判断する
	焼き魚	魚の大きさ、火の強さや時間、焼き上がりの触感(弾力)、見た目で判断する
	焼き鳥	火の強さや時間、見た目で判断する
	唐揚げ	油の温度、揚げる時間、油にいれるチキンの数量、見た目で判断する
(加熱した後、高温保管)	唐揚げ ライス	触感、見た目で判断する
加熱後冷却し、再加熱するもの	カレー スープ	速やかに冷却、再加熱時には気泡、見た目で判断する
(加熱後、冷却するもの)	ポテトサラダ	速やかに冷却、冷蔵庫より取り出したらずぐに提供する

作成者サイン 食協 太郎	作成した日 ○○○○ 年 ■■ 月 △△ 日
-----------------	---------------------------------