

# 4 廚具等的衛生

# 5 食品處理人員的衛生

要注意  
這樣的  
二次污染!

次污染是指透過被細菌污染的菜刀、砧板、籃子、手等廚房用具，使細菌附著在生蔬菜或熟食等食品上的現象。



## 1 砧板、菜刀、抹布等的衛生

準備足夠數量的砧板、刀具和洗碗布，用於不同的食物（肉、魚、蔬菜等）以及分開用於清洗處理和烹飪食物。

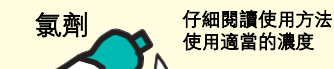


根據食物的種類用不同的顏色分類會很方便

## 2 消毒方法

烹調器具要先去除污垢，然後再用以下方法消毒。另外，消毒後為防止弄髒，請存放在乾燥的狀態。

分類	溫度、濃度	小時數	用途
煮沸	100℃左右	5分鐘以上	抹布、毛巾
	80℃左右		砧板、菜刀
氯劑	有效氯量200ppm	5分鐘以上	砧板、菜刀、抹布、冰箱
消毒酒精	70%		砧板、菜刀、冰箱、料理桌



氯劑  
仔細閱讀使用方法，使用適當的濃度



酒精  
使用乾燥的烹調器具

## 3 冰箱的衛生

1 每天用隔測溫度計檢查冰箱內的溫度。

冷藏10℃以下 冷凍-15℃以下 冷藏室4℃以下

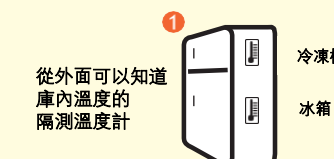
2 食品不要裝過多。（以容量的7成為標準）

3 熱的食品冷卻之後。

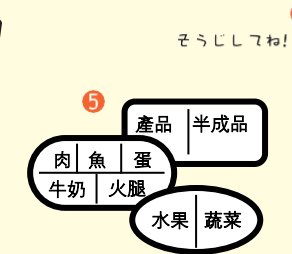
4 每周至少清理一次冰箱內部。

5 依原料、半成品及成品分類。

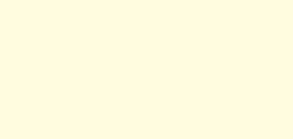
6 肉和魚用保鮮膜類包起來，或是放入有蓋子的容器裡。



2 ドアの閉鎖は  
少なくしてね!



3



## 1 洗手基礎知識

開始工作前、更換工作內容後、和廁後等必要時都要洗手。



## 2 開工時的檢查

製作各個設施的檢查表，在開始前進行檢查。

員工等的衛生管理檢查表（例）			○年△月□日
	檢查項目	結果	
1	您是否患有腹瀉、感冒等身體不舒服的症狀?	○	
2	手指上有傷口嗎? (有傷口的人不應直接接觸食物)	○	
3	是否穿著專用的乾淨工作服、帽子、口罩和鞋襪?	○	
4	工作服上是否有異物或污垢?	×	
5	是否取下了戒指和手鍊?		
6	指甲是否剪短?		
7	是否正確洗手?		



## 3 健康管理

即使您身體健康，體內也可能有食物中毒細菌或病毒。應定期採集糞便樣本進行檢查。（痢疾菌、沙門氏菌、腸出血性大腸桿菌、諾瓦克病毒等）避免食用生肉和生蠔。

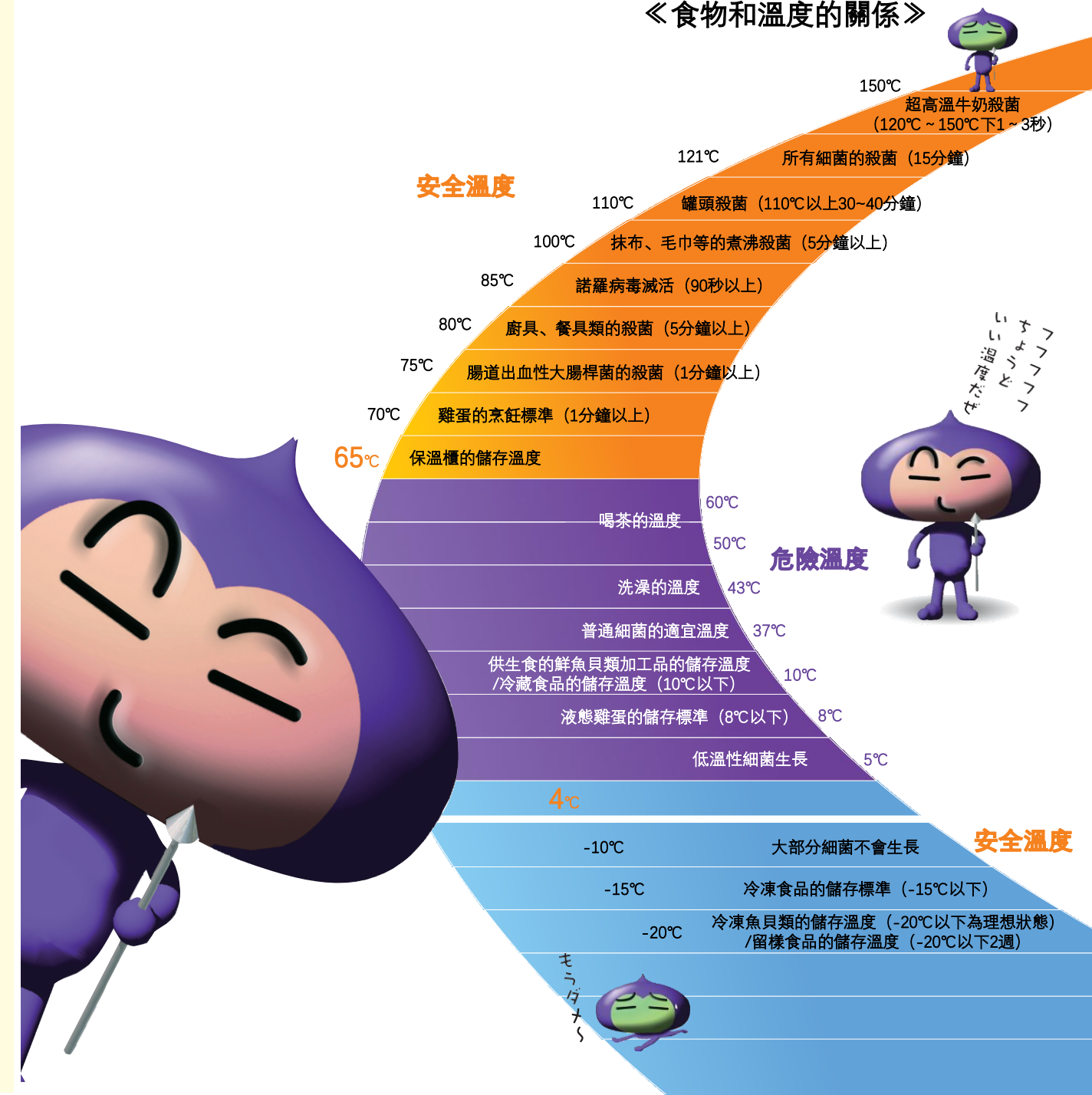
## 4 衛生教育

負責人應定期提供衛生培訓，防止員工因熟悉情況而降低衛生意識，並提高新招募員工的衛生意識。  
\*根據食品衛生法的部分修訂，明確了食品業者的責任。  
努力製作和保存有關生產和銷售食品的必要資訊記錄。

# 為防止食物中毒

食品衛生講座教材

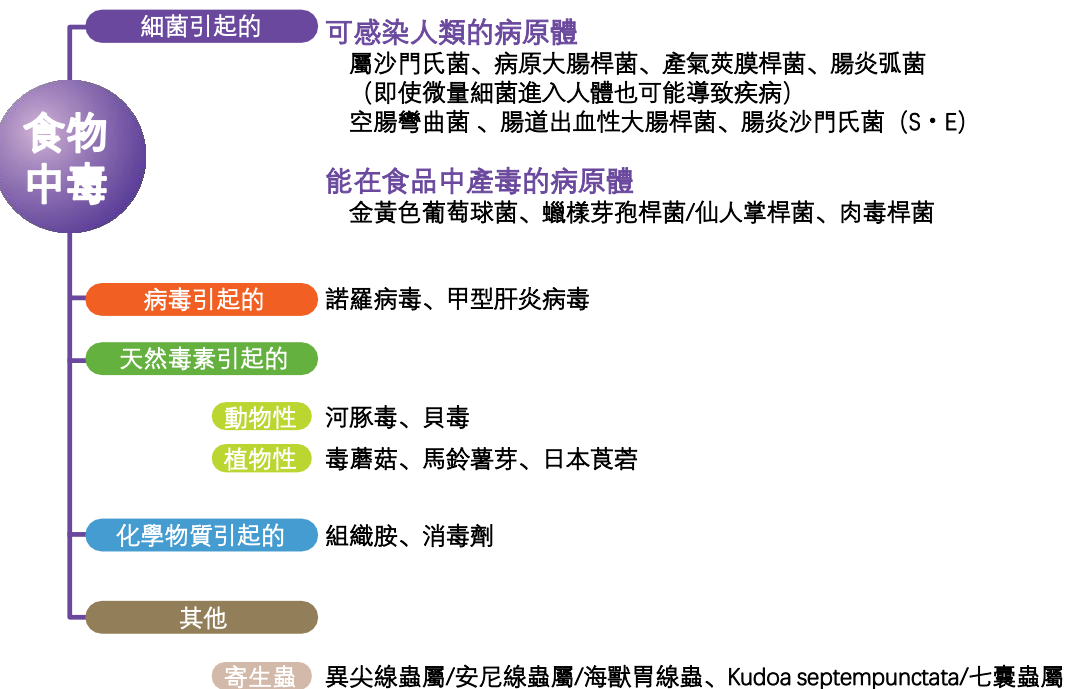
《食物和溫度的關係》





# 1 食物中毒分類

將食物中毒按病因物質分類，顯示了代表性物質。



您知道嗎？

食物中毒的原因潛藏在這樣的地方。



**雞**  
空腸彎曲菌  
屬沙門氏菌



**人**  
金黃色葡萄球菌  
諾羅病毒



**牛**  
腸道出血性大腸桿菌  
屬沙門氏菌  
空腸彎曲菌



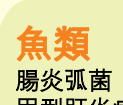
**豬**  
屬沙門氏菌  
空腸彎曲菌  
E型肝炎病毒



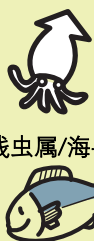
**蛋**  
屬沙門氏菌



**穀類**  
蠟樣芽孢桿菌/仙人掌桿菌



**魚類**  
腸炎弧菌  
甲型肝炎病毒  
組織胺  
異尖線蟲屬/安尼線蟲屬/海獸胃線蟲  
河豚毒



**貝類**  
腸炎弧菌  
諾羅病毒  
甲型肝炎病毒  
貝毒



**緊密包裝的食品**  
肉毒桿菌



# 2 預防細菌性食物中毒3原則

## 1 防止細菌附著 ▶ 清潔

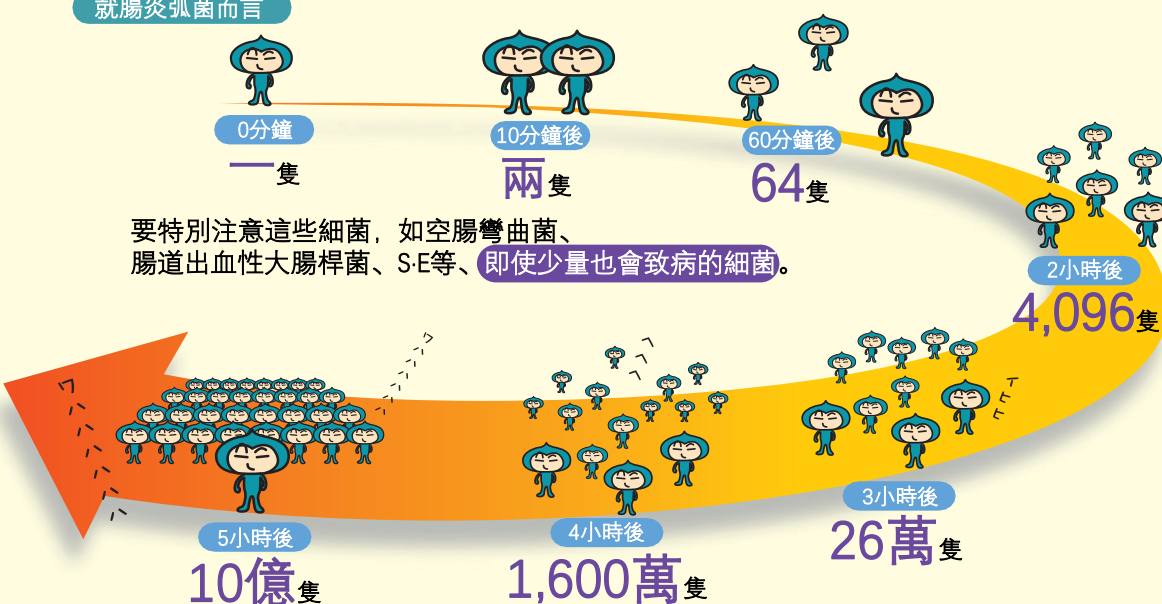
注意廚房、廚具和食品處理者的衛生。



## 2 防止細菌繁殖 ▶ 快速和溫度管理

如果溫度、水分、營養最適宜，則會如下增加。

就腸炎弧菌而言



1 確認食品標識（保存期限、保存方法等）後購買。



2 遵守食物儲存溫度並存放在冰箱或冰櫃中。使用保溫櫃保存，溫度須在65°C以上。



3 烹調後儘快食用。煮好的食物如果放太久，就該果斷丟掉。



## 3 殺死細菌 ▶ 加熱

以75°C的溫度加熱至少一分鐘至中心位置。有些食物中毒細菌（如金黃色葡萄球菌和蠟樣芽孢桿菌等）即使透過加熱殺死了細菌，也會因為細菌產生的毒素不被分解，仍然會引起食物中毒，請注意處理。

\*要殺死諾羅病毒，食物應在攝85-90°C下加熱90秒以上。



加熱烹調  
75°C  
1分鐘以上

# 3 烹飪區衛生

- 提供足夠的通風，避免高溫潮濕。另外，安裝溫度計並將室溫保持在25°C以下。
- 讓地板充分排水，並儘可能保持乾燥。另外，積極採用乾燥系統化。
- 在處理食物時避免用水沖洗地面，以防濺出的水造成污染。
- 在洗手設施要補充肥皂和消毒劑，以便隨時方便使用。
- 在指定區域衛生地儲存食物。另外，儲存設施應設為高出地面0.6公尺以上。
- 將清洗消毒過的餐具和用具存放在櫥櫃中。
- 將個人物品和清潔設備與食品分開存放，以防止異物混入食品。
- 安裝、檢查和維修紗窗和排水口網，防止蒼蠅、老鼠和蟑螂進入。



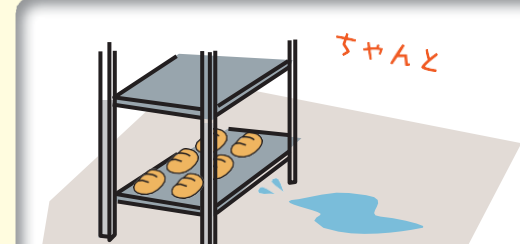
提供有效的通風



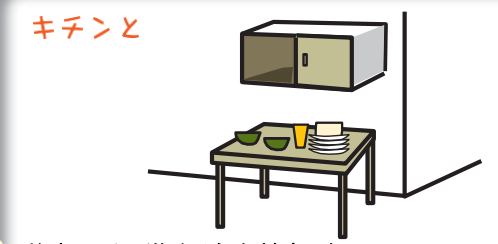
在用盤子或容器盛放食物時，請勿打掃房間



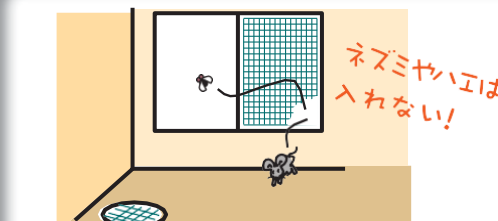
洗手設備始終處於可使用狀態



食品應存放在距離地面0.6公尺以上的高度



將餐具設備存放在櫥櫃中



安裝紗窗和排水口網

