

การจัดการสุขอนามัย

ที่นำแนวคิด **HACCP** มาใช้

Hazard Analysis and Critical Control Point : การวิเคราะห์อันตรายและจุดวิกฤตที่ต้องควบคุม (危害要因分析・重要管理点)

小規模な一般飲食店用 สำหรับร้านอาหาร/เครื่องดื่มขนาดเล็ก

衛生管理の取り組みを「見える化」しましょう!

เราทำให้มาตรการการจัดการสุขอนามัย “เห็นเป็นภาพชัดเจน” กัน!

1

衛生管理計画を立てる
จัดทำแผนการจัดการสุขอนามัย



2

計画どおり実施する
ดำเนินการตามแผน



Plan

Do

Act

Check

4

記録を振り返る、計画を見直す
ย้อนดูบันทึกและทบทวนแผน



3

確認して記録する
ตรวจสอบและลงบันทึก



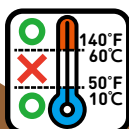
基本は「食中毒予防三原則」

พื้นฐานคือ “หลักการป้องกันอาหารเป็นพิษ 3 ข้อ”

有害な
微生物を
ป้องกัน菌類
ที่เป็นอันตราย
โดย



つけない
ไม่สัมผัส



増やさない
ไม่เพิ่ม



やっつける
ฆ่า

食中毒予防の基本は衛生的な手洗いから!

พื้นฐานในการป้องกันอาหารเป็นพิษ คือ การล้างมืออย่างถูกสุขลักษณะ!

จัดทำแผนการจัดการสุขอนามัย

(1) หลักในการปฏิบัติทางสุขลักษณะที่ดี

การปฏิบัติทางสุขลักษณะที่ดี คือ การจัดการสุขอนามัยร่วมกันสำหรับอาหารทุกประเภท เช่น การทำความสะอาด การฆ่าเชื้อ และการกำจัดเชื้อโรคในสถานที่และอุปกรณ์ปรุงอาหาร การควบคุมอุณหภูมิของอาหาร สุขอนามัยของพนักงาน ฯลฯ โดยกำหนดไว้ล่วงหน้าว่าจะจัดการดูแล “เมื่อใด” และ “อย่างไร” รวมทั้งจะใช้วิธีแก้ไขปัญหาย่างไร “เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น”



1 การจัดการวัตถุดิบ

- ตรวจสอบการรับวัตถุดิบ



ไม่สัมผัสเชื้อโรค

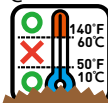
สิ่งที่ต้องตรวจสอบ ได้แก่

- ลักษณะภายนอก กลิ่น
- สภาพบรรจุภัณฑ์
- ฉลาก (วันหมดอายุ วิธีเก็บรักษา สารก่อภูมิแพ้)
- อุณหภูมิของผลิตภัณฑ์เป็นต้น

2 การตรวจสอบอุณหภูมิตู้เย็นและตู้แช่แข็ง

ตู้เย็น : ไม่เกิน 10 °C

ตู้แช่แข็ง : ไม่เกิน -15 °C



ไม่เพิ่มเชื้อโรค

- กำหนดจังหวะเวลาในการตรวจสอบ (เช่น ก่อนเริ่มปฏิบัติงาน)
- ตรวจสอบอุณหภูมิในตู้ด้วยเทอร์โมมิเตอร์

3 การรักษาความสะอาดของสถานที่และในร้าน

- ป้องกันการปนเปื้อนข้าม
- ทำความสะอาด การฆ่าเชื้อ และการกำจัดเชื้อโรคในอุปกรณ์ ฯลฯ
- ทำความสะอาดและกำจัดเชื้อโรคในห้องน้ำ



ไม่สัมผัสเชื้อโรค

- ใช้อุปกรณ์ปรุงอาหารแยกกันตามการใช้งาน เช่น เนื้อวัว เนื้อปลา ฯลฯ
- ทำความสะอาดและฆ่าเชื้อในอุปกรณ์ทุกครั้งหลังใช้งาน
- ทำความสะอาดและฆ่าเชื้อในห้องน้ำ

4 สุขภาพและสุขอนามัยของผู้ปรุงอาหาร

- จัดการดูแลสุขภาพของพนักงาน
- ผู้ปฏิบัติงานแต่งกายอย่างถูกสุขลักษณะ
- ล้างมืออย่างถูกสุขลักษณะ



ไม่สัมผัสเชื้อโรค

สิ่งที่ต้องตรวจสอบ ได้แก่

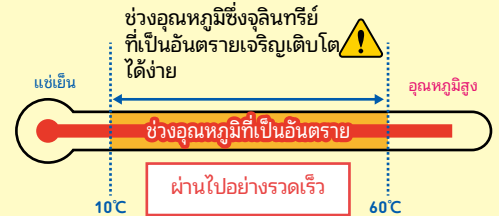
- สภาพร่างกายของพนักงาน
- มีบาดแผลที่มือหรือไม่
- การแต่งกายเป็นต้น
- ล้างมืออย่างถูกสุขลักษณะ

(2) จุดวิกฤตที่ต้องควบคุม

การควบคุมจุดวิกฤต คือ การจัดการสุขอนามัยที่ดำเนินการให้เหมาะสมกับวิธีการปรุงอาหารโดยเน้นควบคุมดูแลเป็นจุด ๆ ไป

สิ่งสำคัญ คือ หลีกเลี่ยงไม่วางไว้ในช่วงอุณหภูมิที่เป็นอันตรายหรือทำให้ผ่านช่วงอุณหภูมิดังกล่าวไปอย่างรวดเร็ว

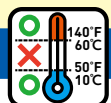
แบ่งอาหารเป็น 3 กลุ่มตามกระบวนการปรุงแล้วกำหนดไว้ล่วงหน้าว่าจะจัดการดูแล “อย่างไร” รวมทั้งจะใช้วิธีแก้ไขปัญหาย่างไร “เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น”



กลุ่ม

กลุ่มที่ 1

ไม่ปรุงให้ร้อน (เสิร์ฟเย็น)



ไม่เพิ่มเชื้อโรค

ตัวอย่าง



- อาหารที่จัดเตรียมง่าย ๆ หรืออาหารที่เสิร์ฟสด ๆ

สลัด

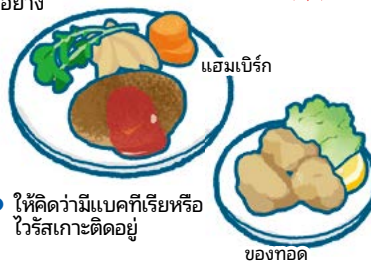
กลุ่มที่ 2

ปรุงให้ร้อนและเสิร์ฟร้อน



กำจัดเชื้อโรค

ตัวอย่าง



- ให้คิดว่ามีแบคทีเรียหรือไวรัสเกาะติดอยู่

ของทอด

- ปรุงให้ร้อนทั่วถึงตรงกลาง
- ตรวจสอบความแรงของไฟ เวลา ลักษณะที่เห็น สีของน้ำในเนื้อ เนื้อสัมผัสเมื่อเสร็จ (ความยืดหยุ่น) และอุณหภูมิตรงกลาง ฯลฯ

กลุ่มที่ 3

ปรุงให้ร้อนแล้วแช่เย็น และนำมาปรุงให้ร้อนอีกครั้ง (หรือปรุงให้ร้อนแล้วแช่เย็น)



กำจัดเชื้อโรค



ไม่เพิ่มเชื้อโรค

ตัวอย่าง



- ระวังช่วงอุณหภูมิเพื่อป้องกันการเจริญเติบโตของจุลินทรีย์ที่เป็นอันตราย

สลัดมันฝรั่ง

- ปรุงให้ร้อนทั่วถึงตรงกลาง
- แช่เย็นทันทีเพื่อป้องกันการเจริญเติบโตของเชื้อโรคที่ยังมีชีวิตรอด
- เมื่อจะปรุงให้ร้อนอีกครั้ง ต้องปรุงให้ร้อนทั่วถึงตรงกลางเช่นกัน

วิธีตรวจสอบ

- ล้างผักหรือวัตถุดิบต่าง ๆ ให้สะอาด จัดเก็บโดยแช่เย็น และเสิร์ฟทันทีหลังนำออกจากตู้เย็น

1 衛生管理計画を立てる

(1) 一般衛生管理のポイント

一般衛生管理は、施設や調理器具の洗浄・消毒・殺菌、食品の温度管理、従業員の衛生など、**どの食品についても行う共通の衛生管理**です。「いつ」「どのように」管理するか、「問題があったとき」の対処方法を決めておきます。



① 原材料の取り扱い

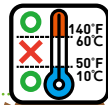
- 原材料の受入の確認



- 外観、におい
- 包装の状態
- 表示（期限、保存方法、アレルギー）
- 品温
- などを確認する

② 冷蔵・冷凍庫の温度確認

冷蔵：10℃以下
冷凍：-15℃以下



- 確認するタイミングを決める（例：始業前）
- 温度計で庫内温度を確認する

③ 施設・店舗の清潔維持

- 交差汚染・二次汚染の防止
- 器具等の洗浄・消毒・殺菌
- トイレの洗浄・消毒



- 調理器具は、肉や魚などの用途別に使い分ける
- 使用の都度、器具類を洗浄し、消毒する
- トイレの洗浄・消毒を行う

④ 調理従事者の健康・衛生

- 従業員の健康管理
- 衛生的作業着の着用
- 衛生的な手洗いの実施

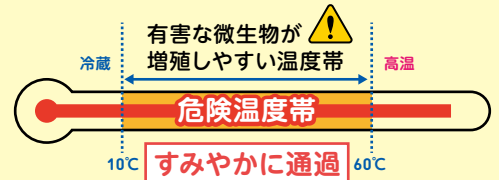


- 従業員の体調
- 手の傷の有無
- 着衣などの確認を行う
- 衛生的な手洗いをを行う

(2) 重要管理のポイント

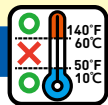
重要管理は、**食品の調理方法にあわせて行う衛生管理**で、重点的に管理します。

ポイントは**危険温度帯に置かない、または、すみやかに通過**することです。調理工程によって3つのグループに分けて、「どのように」管理するか、「問題があったとき」の対処方法を決めておきます。



分類 第1グループ

非加熱のもの
(冷たいまま提供)



- 下処理後の食材や生食で提供する食材
- 野菜などは十分に洗浄し、冷蔵保管して、冷蔵庫より取り出したらすぐに提供します。

第2グループ

加熱し、温かいまま提供



- 細菌やウイルスがついていることを前提に
- 中心部までよく加熱します。
- 火の強さ、時間、見た目、肉汁の色、焼き上がりの触感（弾力）、中心温度などを確認します。

第3グループ

加熱後冷却し、再加熱する
(または加熱後冷却するもの)



- 有害な微生物が増殖しないよう温度帯に注意
- 中心部までよく加熱します。
- 生き残った病原菌を増やさないため、すみやかに冷却します。
- 再加熱の時も中心部までよく加熱します。

チェック方法

(1) การปฏิบัติทางสุขลักษณะที่ดี

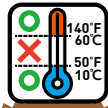
ดำเนินการและตรวจสอบการจัดการสุขอนามัยในแต่ละวันตามแผนที่จัดทำไว้



(2) จุดวิกฤตที่ต้องควบคุม

กลุ่ม **กลุ่มที่ 1**

จัดเก็บในตู้เย็น



ไม่เพิ่มเชื้อโรค

ตรวจสอบ ● เลิร์ฟกันที ⇒ ใช้หรือไม่ ?

กลุ่มที่ 2

ปรุงให้ร้อนทั่วถึง
ตรงกลาง

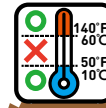


กําจัดเชื้อโรค

- ความแรงของไฟ เวลา ลักษณะที่เห็น สีของน้ำ
ในเนื้อ ⇒ ใช้ได้หรือไม่ ?
- อุณหภูมิน้ำมัน เวลาในการทอด จำนวนที่ใส่ลง
ในน้ำมัน ลักษณะที่เห็น ⇒ ใช้ได้หรือไม่ ?

กลุ่มที่ 3

แช่เย็น



ไม่เพิ่มเชื้อโรค

เวลาปรุงให้ร้อน
ต้องปรุงให้ร้อนทั่ว
ถึงตรงกลาง

- มีการแข่งขันกันหรือไม่, ฟองอากาศและลักษณะที่เห็นเมื่อปรงให้ร้อนอีกครั้ง $\Rightarrow$ ใช้ได้หรือไม่?

ขอให้ตรวจสอบว่าได้ดำเนินการอย่างเหมาะสมหรือไม่
แล้วลงบันทึกในแบบฟอร์มบันทึก

4, 20XX

บันทึกประวัติการปฏิบัติทางสุขลักษณะที่ดี (ตัวอย่างการกรอก)

หมวด	① ตรวจสอบ การรับ วัตถุดิบ	② ตรวจสอบ อุณหภูมิในตู้ เย็น / ตู้แช่ แข็ง (°C)	③-1 ป้องกันการปน เปื้อนข้าม	③-2 ทำความสะอาด การฆ่าเชื้อและ การกำจัดเชื้อโรค ในอุปกรณ์ ฯลฯ	③-3 ทำความสะอาด สะอาดและ ฆ่าเชื้อใน ห้องน้ำ	④-1 จัดการดูแล สภาพของ พนักงาน	④-2 ล้างมือ	ตรวจสอบ ทุกวัน	หมายเหตุ	ผู้ตรวจสอบ
1	良・否	4,-16	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	●●	1 เมย. ช่างเข้า บริการฉีดน้ำของแปงเสาลิเก ขาดไป 1 ถัง จึงส่งคืน ตอนบ่ายมีของใหม่มา ส่ง	7 เมย. ทาร์ วันที่ เข้าสัปดาห์
2	良・否	9,-23	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	●●	2 เมย. ช่างก่อนเที่ยง คน A เข้าห้องน้ำแล้ว กลับไปทำงานโดยไม่ได้ล้างมือ จึงตกเตือน และให้ไปล้างมือ	
3	良・否	15,-23 -10°C	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	●●		
4	良・否	6,-22	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	●●	3 เมย. เวลาประมาณ 11.00 น. 15°C 20 นาทีต่อมา 10 °C อาจมีการเข้า-ออก บ่อยกว่าปกติ	

ข้อควรระวัง

หากวงกลมว่า “ไม่ดี” ให้เขียนวิธีแก้ไขปัญหาในภายหลังลงในหมายเหตุ

หมายเหตุ (ตัวอย่างกรอกอื่น ๆ)

- ได้รับรายงานว่าคุณ OO ท้องเสีย จึงให้กลับบ้าน
- มีรอยแดงหลังเขมืออยู่ในเนื้อ สุนัขเห็ด คือ $\Delta\Delta$ จึงกวาดขันเรื่องวิธีการปรุงให้อุ่น

7 เม.ย.
ทาโร่

4, 20XX

บันทึกประวัติการควบคุมจุดวิกฤต (ตัวอย่างการกรอก)

กลุ่ม	ไม่โปร่งให้ร้อน (เสิร์ฟอาหารจากตู้เย็นทั้งเย็น ๆ)	โปร่งให้ร้อน (โปร่งให้ร้อนแล้วเสิร์ฟทั้งร้อน ๆ)	(โปร่งให้ร้อนแล้วจัดเก็บในตู้เย็นหมุมสูง และเสิร์ฟทั้งร้อน ๆ)	โปร่งให้ร้อนแล้วแช่เย็น และนำมาโปร่งให้ร้อนอีกครั้ง โดยเสิร์ฟทั้งร้อน ๆ)	(โปร่งให้ร้อนแล้วแช่เย็น และเสิร์ฟทั้งเย็น ๆ)	ตรวจสอบทุกวัน	หมายเหตุ	ผู้ตรวจสอบ
เมนู	ชาฮิมิ เต้าหู้เย็น	แฮมเบอร์เกอร์ ปลาย่างย่างย่าง ของทอด	ของทอด ข้าว	แกงกะหรี่ ชุป	สลัดมันฝรั่ง สลัดไก่ (โปร่งให้ร้อนหมุมต่ำ)			
1	⓪・否	⓪・否	⓪・否	⓪・否	⓪・否	●●	1 เมนู ได้รับการร้องเรียนว่าด้านในของแฮมเบอร์เกอร์แค่นิดๆ เมื่อตรวจสอบกับคุณ B	7 เม.ย. ทำรี
2	⓪・否	⓪・否	⓪・否	⓪・否	⓪・否	●●	ซึ่งเป็นผู้ประกอบอาหาร จึงพบว่า ไม่ได้ตรวจสอบให้ถี่นักเนื่องจากรีบ อบรมคุณ B	วันที่
3	⓪・否	⓪・否	⓪・否	⓪・否	⓪・否	●●	ใหม่เพื่อให้ปฏิบัติงานและตรวจสอบเรื่องการโปร่งให้ร้อนอย่างเคร่งครัด	เข้าสู่ระบบ

ข้อควรระวัง

จัดแบ่งกลุ่มเมนูเพื่อทำ
ความเข้าใจวิธีควบคุม
จุดวิกฤตที่จำเป็นสำหรับ
แต่ละเมนู
ขอให้ปฏิบัติ ตรวจสอบ
และลงบันทึกตามวิธีควบคุม
ดังกล่าว

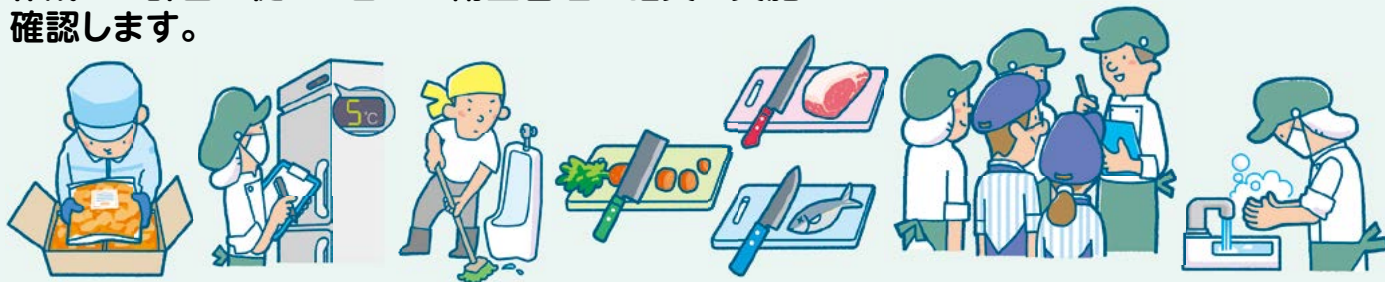
วันที่
เข้าสู่ระบบ

2 計画どおり実施する

3 確認する

(1) 一般衛生管理

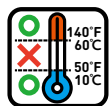
作成した計画に従って日々の衛生管理を確実に実施し、確認します。



(2) 重要管理

分類 第1グループ

冷蔵庫に
保管



病原菌を
増やさない

確認
する

- すぐに提供する ⇒ OK ?

第2グループ

中心部
まで
よく加熱

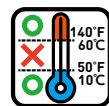


病原菌を
やっつける

- 火の強さ、時間、見た目、肉汁の色 ⇒ OK ?
- 油の温度、揚げる時間、油に入れる数量、見た目 ⇒ OK ?

第3グループ

すみやかに
冷却



病原菌を
増やさない

加熱時は
中心部まで
よく加熱

- すみやかに冷却、再加熱時の気泡・見た目 ⇒ OK ?

3 記録する

適切に実施できたか、確認して、記録様式に記録しましょう

20XX 年 4 月

一般衛生管理の実施記録（記載例）

分類	① 原材料の受入の確認	② 庫内温度の確認 冷蔵庫・冷凍庫 (°C)	③-1 交差汚染・二次汚染の防止	③-2 器具等の洗浄・消毒・殺菌	③-3 トイレの洗浄・消毒	④-1 従業員の健康管理等	④-2 手洗いの実施	日々チェック	特記事項	確認者
1日	良・否	4、-16	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	花子	4/1 朝、小麦粉の包装が1袋破れていたため返品。午後、再納品	4/7 太郎
2日	良・否	9、-23	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	花子	4/2 昼前、A君がトイレの後に手を洗わず作業に戻ったので、注意し手洗いさせた。	
3日	良・否	15、-23 →再10°C	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	花子	4/3 11時頃、15°C。20分後10°C。いつもより出し入れ頻繁だったか。	
4日	良・否	6、-22	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	花子		

ポイント

「否」に○をした場合は、その後の対処方法を特記事項に書きましょう

特記事項（その他の記載例）

- ○○さんが下痢をしていると報告があったので、帰宅させた。
- 肉の赤みが残っていた。△△が原因であった。加熱方法を徹底した。

20XX 年 4 月

重要管理の実施記録（記載例）

分類	非加熱のもの (冷蔵品を冷たいまま提供)	加熱するもの (加熱し、熱いまま提供)	(加熱後、高温保管し、熱いまま提供)	加熱後、冷却するもの (加熱後、冷却、再加熱し、熱いまま提供)	(加熱後、冷却し、冷たいまま提供)	日々チェック	特記事項	確認者
メニュー	刺身、冷奴	ハンバーグ、焼き魚、焼き鳥、唐揚げ	唐揚げ、ライス	カレー、スープ	ポテトサラダ、サラダチキン (低温調理)			
1日	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	花子	4/1 ハンバーグの内部が赤いとクレームがあった。調理したB君に確認したところ、急いでいたので確認が十分でなかったとのことであった。B君に加熱の徹底と確認を再教育した。	4/7 太郎
2日	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	花子		
3日	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	花子		

ポイント

メニューを分類することで、それぞれに必要な重要な管理方法を理解します。それによって実施し、チェックして、記録しましょう。

นอกจากการลงบันทึกแล้ว การ "ย้อนดู" รายละเอียดที่บันทึกลงไปก็เป็นสิ่งที่สำคัญด้วยเช่นกัน

- ย้อนดูบันทึกเป็นประจำ (เช่น เดือนละครั้ง) และหากมีปัญหาลักษณะเดียวกันเกิดขึ้นซ้ำ ๆ เช่น การร้องเรียน การพบปัญหาด้านสุขอนามัย ฯลฯ ขอให้พิจารณาในการแก้ไขปัญหาเนื่องจากน่าจะเกิดจากสาเหตุเดียวกัน
- ขอให้ได้รับคำสั่งซื้อที่เกินกำลัง เนื่องจากการปฏิบัติงานที่มากเกินไปจนปริมาณที่ปรุงอาหารได้ (ปริมาณที่สามารถปรุงได้ในเวลาปกติ) อาจทำให้เกิดภาวะอาหารเป็นพิษได้
- เมื่อมีการเปลี่ยนตัวพนักงาน ขอให้อธิบายและฝึกอบรมเรื่องแผนการจัดการสุขอนามัย และลงบันทึกรายละเอียดในการดำเนินการด้วย
- ขอให้ทบทวนแผนการจัดการสุขอนามัยในกรณีที่มีการเปลี่ยนแปลงเมนูหรือวัตถุดิบ เปลี่ยนซัพพลายเออร์ หรือเปลี่ยนระบบ/อุปกรณ์
- ควรเก็บบันทึกเหล่านี้ไว้เป็นระยะเวลาประมาณ 1 ปี
- หากได้รับข้อมูลจากผู้บริโภค เช่น มีสิ่งแปลกปลอมปนเปื้อน การเป็นอันตรายต่อสุขภาพ ฯลฯ ขอให้ปรึกษากับศูนย์บริการสาธารณสุขโดยเร็ว



ความจำเป็นในการลงบันทึก

- การลงบันทึกโดยระบุประเด็นสำคัญในการจัดการสุขอนามัยให้ชัดเจน ซึ่งจะช่วยป้องกันไม่ให้เกิดภาวะอาหารเป็นพิษ
- การจัดทำบันทึกจะช่วยให้มองเห็นจุดที่ต้องปรับปรุงในงานได้ ซึ่งจะทำให้เกิดการทบทวนการทำงาน และก่อให้เกิดผลดีต่าง ๆ เช่น นำไปสู่ประสิทธิภาพที่ดียิ่งขึ้น ฯลฯ
- นอกจากนี้ ในกรณีที่ปัญหาที่ไม่คาดคิดเกิดขึ้น บันทึกจะกลายเป็นเอกสารพิสูจน์ว่าได้ทำการจัดการสุขอนามัยอย่างเหมาะสมแล้ว และสามารถชี้แจงต่อลูกค้าหรือศูนย์บริการสาธารณสุขได้ด้วยความมั่นใจ

รู้ทันอันตรายในอาหารกันเถอะ !!

ดูรายละเอียดได้ทางนี้

http://n-shokuei.jp/eisei/sfs_index.html



โนโรไวรัส



เติบโตในลำไส้ของมนุษย์ มักปนเปื้อนมาจากผู้ปรุงอาหารเป็นส่วนใหญ่

ล้างมือให้สะอาดและปรุงอาหารให้ร้อนเต็มที่

เชื้อแคมไพโลแบคเตอร์



ส่วนใหญ่มักพบในเนื้อไก่ ฯลฯ ระวังการปนเปื้อนจากนิ้วที่สัมผัสโดนเนื้อสัตว์

หั่นอย่างแบบกึ่งสุกถึงดิบ ต้องย่างให้สุกเต็มที่

เชื้ออีโคไลที่ทำให้มีอาการร่วง



นอกจากเนื้อสัตว์แล้ว ยังมีการปนเปื้อนจากน้ำบาดาลอีกด้วย มีเชืชนิดที่สร้างสารพิษด้วย

สำหรับเนื้อสัตว์ ให้ปรุงให้ร้อนเต็มที่ ส่วนผัก ให้ปรุงให้ร้อนหรือทำความสะอาดหรือกำจัดเชื้อโรค

เชื้อซาลโมเนลลา



ส่วนใหญ่มักปนเปื้อนในเนื้อสัตว์และไข่ นอกจากนี้ยังปนเปื้อนผ่านทางแมลงและหนูอีกด้วย

ปรุงเนื้อสัตว์และไข่ให้ร้อนเต็มที่

เชื้อ เอสแตปฟีโลคอคคัส ออเรียส



ส่วนใหญ่มักพบบนผิวหนังหรือบาดแผลของมนุษย์หรืออื่น ๆ สร้างสารพิษที่ทนความร้อนได้

สวมหน้ากากอนามัยและหมวกสวมถุงมือเพื่อปิดบาดแผลที่นิ้ว

เชื้อบาซิลลัส ซีเรียส



ส่วนใหญ่พบอาหารปรุงสุก เช่น ข้าว พาสต้า ฯลฯ สร้างสารพิษได้

เมื่อปรุงให้ร้อนแล้ว ให้เสิร์ฟทันทีหรือแช่เย็นโดยเร็ว

เชื้อคลอสตริเดียม เพอร์ฟริงเจนส์



แบคทีเรียที่เจริญเติบโตได้ง่ายในอาหารที่ปรุงในหม้อขนาดใหญ่ ฯลฯ อาหารบรรจุกล่อง เป็นต้น

แช่เย็นโดยเร็วแล้วนำมาปรุงให้ร้อนเต็มที่อีก

พยาธิอะนิซาคิส



พยาธิที่อยู่ในอาหารทะเล เช่น ปลาซาบะ ปลาอากิ ปลาซึเมะ ปลาทูน่า ทูน่าเกอ ปลาโอวากิ ปลาเซลมอน ปลาหมึก ฯลฯ

ทำให้ตายหมดได้ด้วยการแช่แข็ง (ไม่เกิน -20°C, ตั้งแต่ 24 ชั่วโมงขึ้นไป) หรือปรุงให้ร้อน (ตั้งแต่ 70°C ขึ้นไป หรือ 60°C เป็นระยะเวลา 1 นาที)

สารฮิสตามีน



เกิดจากปลาเนื้อแดง เช่น ปลาซาบะ ปลาอากิ ปลาซึเมะ ปลาหางเหลือง ปลาอากิ ฯลฯ

สิ่งสำคัญคือการควบคุมให้อุณหภูมิต่ำ

สารก่อภูมิแพ้



ไข่ ข้าวสาลี โซบะ นม กุ้ง ปู ถั่วลิสง วอลนัท

จัดเก็บและปรุงอาหารโดยแยกอาหารที่มีสารก่อภูมิแพ้ไว้ต่างหาก

- ▶ หากได้รับข้อมูลจากผู้บริโภค เช่น มีสิ่งแปลกปลอมปนเปื้อน การเป็นอันตรายต่อสุขภาพ ฯลฯ ขอให้ติดต่อไปยังศูนย์บริการสาธารณสุขหรือหน่วยงานอื่นที่เกี่ยวข้องโดยเร็ว

- ▶ สามารถดาวน์โหลดแผ่นพับและรายละเอียดต่าง ๆ ได้จากเว็บไซต์

https://www.n-shokuei.jp/eisei/haccp_e.html



記録を振り返る、計画を見直す

記録を付けるだけでなく、記録した内容を「振り返る」ことも重要です。

- 定期的に（1カ月など）記録の振り返りを行い、クレームや衛生上気がついたことなど、同じような問題が繰り返し発生している場合は、同一の原因が考えられますので対応を検討しましょう。
- 調理可能な量（普段から処理できる量）を超えての作業は食中毒の発生にもつながりますので、無理な受注は控えましょう。
- 従業員が交代した場合は、衛生管理計画を説明して教育し、実施内容を記録に残しましょう。
- メニューや原材料が代わった場合、納入業者が代わった場合、設備・器具に変更があった場合には衛生管理計画を見直しましょう。
- これら一連の記録は、一年間程度は保管しておきましょう。
- 消費者から異物混入や健康被害などの情報があった場合は、すみやかに保健所に相談しましょう。



記録の必要性

- 衛生管理のポイントを明確にして実施することで、食中毒発生の未然防止につながります。
- 記録を実施することで、業務の改善点が見えてきます。これにより業務の見直しを図り、効率化につながるなどの効果が生まれます。
- さらに、万が一、問題が発生した場合、衛生管理を適切に行っていたことの証拠書類となり、顧客や保健所に対して、自信を持って説明できます。

食品中のハザード(危害要因)を知ろう!!

詳しくはコチラ

https://n-shokuei.jp/eisei/sfs_index.html



ノロウイルス

人の腸管で増殖する。調理者からの污染が多い

手をしっかり洗い、食材を十分に加熱する

カンピロバクター

鶏肉などに多い。肉を触った手指からの污染にも注意

生焼け厳禁、しっかり焼く

病原大腸菌

肉類に多いほか、地下水を介した污染もある。毒素を作る種類もある

肉はしっかり加熱、野菜は洗浄・殺菌を

サルモネラ

肉類・卵に多いほか、虫やネズミを介して污染することもある

肉類・卵はしっかり加熱する

黄色ブドウ球菌

人などの皮膚や傷口に多い。熱に強い毒素を作る

マスク・帽子の着用。手指の傷には手袋を

セレウス菌

米やパスタなどの調理食品に多く、毒素を作る

加熱調理後、すぐに提供する、すばやく冷却

ウエルシュ菌

大きな鍋などで作る料理や弁当などで菌が増えやすい

すばやく冷やして徹底的に再加熱

アニサキス

サバ、アジ、サンマ、カツオ、イワシ、サケ、イカなどの魚介類にいる寄生虫

冷凍（-20℃以下、24時間以上）もしくは加熱（70℃以上、または60℃以上なら1分）で死滅

ヒスタミン

サバ、イワシ、サンマ、ブリ、アジなどの赤身魚が原因となる

低温管理が重要

アレルゲン

卵・小麦・そば・乳・エビ・カニ・ピーナッツ・くるみ

アレルゲンを含む食材を分けて保管、調理

- ▶ 消費者から異物混入や健康被害などの情報があった場合は、保健所等へすみやかに連絡しましょう。

- ▶ リーフレットおよび各種様式は、ホームページからダウンロードできます。

https://www.n-shokuei.jp/eisei/haccp_e.html



แผนการจัดการสุขอนามัยในร้านอาหาร/เครื่องดื่ม

หลักในการปฏิบัติทางสุขลักษณะที่ดี		
①	ตรวจสอบการรับผิดชอบ	เมื่อใด เมื่อนำวัตถุดิบเข้า / อื่น ๆ ()
	อย่างไร	
	เมื่อเกิดปัญหา	
②	ตรวจสอบอุณหภูมิในตู้ (ตู้เย็น/ตู้แช่แข็ง)	เมื่อใด ก่อนเริ่มงาน / ระหว่างทำงาน / หลังเลิกงาน / อื่น ๆ ()
	อย่างไร	
	เมื่อเกิดปัญหา	
③-1	ป้องกันการปนเปื้อนข้าม	เมื่อใด ก่อนเริ่มงาน / ระหว่างทำงาน / หลังเลิกงาน / อื่น ๆ ()
	อย่างไร	
	เมื่อเกิดปัญหา	
③-2	ทำความสะอาดและฆ่าเชื้อ	เมื่อใด ก่อนเริ่มงาน / หลังใช้งาน / หลังเลิกงาน / อื่น ๆ ()
	การฆ่าเชื้อ	
	และการกำจัดเชื้อโรคในอุปกรณ์ ฯลฯ	
③-3	ทำความสะอาดและฆ่าเชื้อในห้องน้ำ	เมื่อใด ก่อนเริ่มงาน / ระหว่างทำงาน / หลังเลิกงาน / อื่น ๆ ()
	อย่างไร	
	เมื่อเกิดปัญหา	
④-1	จัดการดูแลสภาพของพนักงาน ฯลฯ	เมื่อใด ก่อนเริ่มงาน / ระหว่างทำงาน / อื่น ๆ ()
	อย่างไร	
	เมื่อเกิดปัญหา	
④-2	ล้างมือ	เมื่อใด หลังเข้าห้องน้ำ / ก่อนเข้าสถานที่ปรุงอาหาร / ก่อนจัดจานเสิร์ฟ / เมื่อเปลี่ยนแปลงรายละเอียดงาน / หลังใช้จานเนื้อดิบ ปลาดิบ ฯลฯ / หลังสัมผัสเงิน / หลังทำความสะอาด / อื่น ๆ ()
	อย่างไร	
	เมื่อเกิดปัญหา	

⑤ จุดวิกฤติที่ต้องควบคุม				
กลุ่ม	เมนู	วิธีตรวจสอบ	เมื่อเกิดปัญหา	
กลุ่มที่ 1	ไม่ปรุงให้ร้อน (เสิร์ฟอาหารจากตู้เย็นทั้งเย็น ๆ)			
กลุ่มที่ 2	ปรุงให้ร้อน (ปรุงให้ร้อนแล้วเสิร์ฟทั้งร้อน ๆ)			
	(ปรุงให้ร้อนแล้วจัดเก็บในที่อุณหภูมิสูง และเสิร์ฟทั้งร้อน ๆ)			
กลุ่มที่ 3	อาหารที่ปรุงให้ร้อนแล้วแช่เย็น (ปรุงให้ร้อนแล้วแช่เย็น และนำมาปรุงให้ร้อนอีกครั้ง โดยเสิร์ฟทั้งร้อน ๆ)			
	(ปรุงให้ร้อนแล้วแช่เย็น และเสิร์ฟทั้งเย็น ๆ)			
ลายมือชื่อผู้จัดทำ		วันที่จัดทำ (dd,mm,yy)		