

衛生管理を徹底する

すし店の

ハ サ ツ プ
HACCP制度

導入の手引き

全国すし商生活衛生同業組合連合会

はじめに

食を扱う飲食店にとって、衛生管理は最も重要な仕事です。中でも、すし店は江戸前ずし店をはじめ、関西ずし店、持ち帰りずし店、回転ずし店…など業態は幅広くありますが、加熱しない生の魚介類を多く扱い、すしを握るなど素手を使うことの多い業種で、衛生管理が大事になってきます。こうした衛生管理を徹底するために、2018年6月に食品衛生法の改正が行なわれ、HACCP(ハサップ)制度の導入が全飲食店に推し進められることになり、2020年6月までに義務付けられました(1年間の経過措置があり、2021年6月までに実施)。とはいえ、HACCP(ハサップ)は難しいという先入観から取り組まれず、まだまだすし店の方々に周知されていません。そこで、ご夫婦で営業されている小規模すし店から50人未満の従業員をかかえる中小規模すし店を対象にした「HACCPの考え方を取り入れた衛生管理」の制度とは何か、具体的にすし店でどのように導入すればよいのか——イラストを交えながらわかりやすく解説しました。お客様に安全でおいしいすしを提供するために、衛生管理に取り組んでいきましょう。

なお、衛生管理の実施記録は、最後に記入してから1年以上保存する必要があります。

すし店のHACCP(ハサップ)制度導入の手引き

第1章

すし店にとってHACCP(ハサップ)とは何か…………… 7

- ①あなたのお店の衛生管理は大丈夫か? …………… 8
- ②すし店の食中毒を引き起こす3つの危害要因 …………… 9
- ③徹底した衛生管理の必要性 …………… 11
- ④経験則や仕事の慣れが食中毒の危険を生む …………… 13
- ⑤HACCP(ハサップ)制度の義務化と対象業種 …………… 18
- ⑥すし店のHACCP(ハサップ)導入のすすめ方 …………… 20
- ⑦HACCP(ハサップ)の必要性——衛生管理の見える化 …………… 21

第2章

すし店のHACCP(ハサップ)制度の取り組み方…………… 23

- ①すし店でも簡単にできるHACCP(ハサップ)の取り組み…………… 24
- ②HACCP(ハサップ)の具体的取り組み方とは—— …………… 25
- ③メニューごとの重要管理のポイント …………… 31
 - ・料理をグループ分けする …………… 32
 - ・各グループの作業工程と危険な要因 …………… 33
 - ・重要な工程はきちんとマニュアル化する…………… 37
 - ・調理シートに管理ポイントを反映する …………… 38
 - ・衛生計画 …………… 40
 - ・衛生管理日誌 …………… 42

第3章

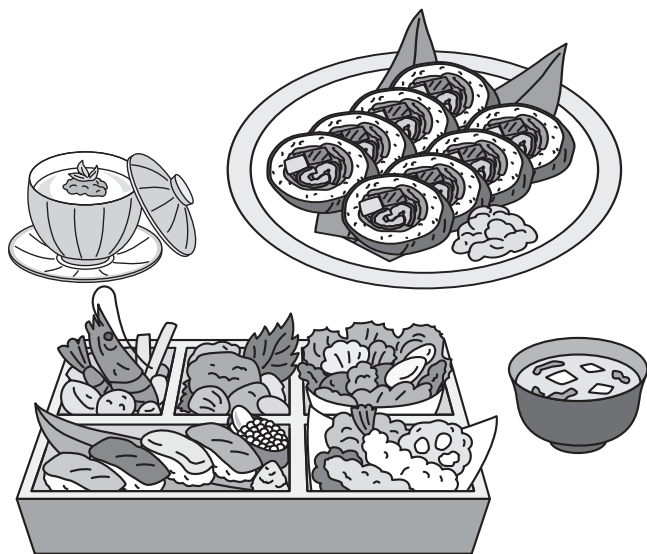
すし店の衛生管理計画の具体的策定方法 45

- ①一般衛生管理の策定46
 - ・一般的衛生管理計画表 47
 - ・一般的衛生管理の実施記録 49
- ②一般的衛生管理の記入のポイント50
- ③重要管理の策定55
 - ・重要管理表 57
 - ・重要管理の実施記録 59
- ④重要管理の記入のポイント60
- ⑤調理の衛生管理に必要なその他のポイント63
- ⑥テイクアウト・デリバリーの衛生管理66

第4章

すし店業者のための HACCP (ハサップ) 実行チェックリスト 67

- ①仕入れチェックリスト68
- ②冷蔵庫・冷凍庫・タネケース管理チェックリスト69
- ③調理衛生チェックリスト70
- ④調理場・店舗施設衛生管理チェックリスト71
- ⑤トイレの清掃チェックリスト72
- ⑥身だしなみ管理チェックリスト73
- ⑦従業員の健康管理チェックリスト74
- ⑧営業終了チェックリスト75



第1章

すし店にとって ハ サ ツ プ HACCPとは何か

1

あなたのお店の衛生管理は大丈夫か？

どの飲食店も衛生管理は徹底して行なわなければなりません。特に多くのすし店は、鮮魚をすしダネとして生のまま扱い、素手で握る調理が主になり、そこに健康被害をもたらす危険な原因である危害要因が広く潜んでいるのです。例えば、こんな経験をしたり、話を聞いたことがありますか？

●その日に仕入れた魚介類を握って提供したにもかかわらず、腹痛を訴えてきた

調べてみたら、魚体に腸炎ビブリオが付着していて、仕込みの時に内臓の処理や水洗いが不十分でした。そのすしを食べたお客様が腹痛を引き起こしました。これを防ぐには、腸炎ビブリオは真水に弱いので、魚体を真水でよく洗い、5℃以下で低温管理することが大切です。

●包丁で指を切ったので、救急絆創膏をして調理したら、食中毒が起こった

これは、キズの十分な手当てを行わず調理したため、黄色ブドウ球菌が料理に付着し、お客の間で嘔吐や下痢の食中毒症状が発生したものです。

切りキズなど化膿性疾患がある場合は、調理作業しないことが一番です。他に調理師がいない店でも休業することを検討する必要があります。

●ヒラメの刺身を食べたら、お客様から下痢をしたという苦情がきた

ヒラメに寄生するクドア・セプテンpunkタータが、一時的な下痢や嘔吐を引き起こします。

クドア・セプテンpunkタータの食中毒は8月～10月に多いので、この時期には特に気を付けなければなりません。冷凍することで食中毒は予防できます。

●仕出しのすし弁当から集団食中毒が発生した

すし店の調理師が当日、嘔吐と下痢を起こしていましたが、無理をして出勤して調理をした結果、ノロウイルスによる集団食中毒を引き起こしてしまいました。腸管で増殖して、排便時に拡散します。自分自身がノロウイルスを持っていなくても、ノロウイルスを持つお客様が使用したトイレの掃除で汚染される可能性が高くなります。使い捨てマスクや手袋を着用して次亜塩素酸ナトリウムの希釈液で消毒してください。掃除の後には、石鹸で手指をよく洗い、ペーパータオルで拭きます。

ノロウイルスが発生した場合、店を営業しないことが重要な対策です。

●料理の中から異物が出てきた

異物混入はいろいろな物質がありますが、意外に多いのが気が付かないうちに金属タワシの金属片が料理の中に入るという事故です。この危険を避けるためには金属タワシを使わないことです。

このような食における事故が発生すると、原因を究明するために保健所等の徹底した調査が入り、その間、店の営業はストップすることになります。その結果、地域のお客様への店の信頼が揺らぐことになり、商売は大きな打撃を受けることになるのです。

こうした食品の安全性にかかわる様々な問題に対し、2021年6月1日までにHACCP（ハサップ）に沿った衛生管理を行うことを義務化されることが厚生労働省で決定されました。

2 すし店の食中毒を引き起こす3つの危害要因

すし店の食中毒を引き起こす危害要因は、大きく「生物的危害要因」「化学的危害要因」「物理的危害要因」の3つに分けられます。それぞれの危害要因の詳細を見ていきましょう。

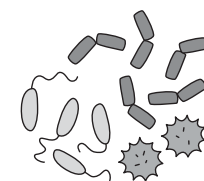
●生物的危害要因

細菌、ウイルス、寄生虫、カビなど微生物によって引き起こされるものです。

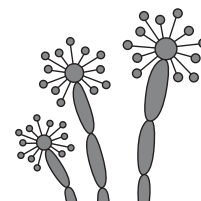
代表的なものを列記しますと――、

細菌

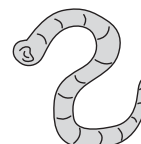
- ・サルモネラ菌……動物の腸管や河川などの自然界に広く生息する
- ・腸炎ビブリオ……海中に生息する細菌。手指や調理道具から二次感染する
- ・カンピロバクター……家畜類や鶏などの腸管に広く存在する
- ・黄色ブドウ球菌……手のキズなどから感染する化膿性疾患
- ・ウェルシュ菌……土や河川、海など自然界に生息する。煮込み料理など大量調理に注意
- ・セレウス菌……土壌、水、ほこりなどの自然環境や畜産物や水産物などに広く分布



危険な菌・ウイルス



カビなど



寄生虫など

ウイルス

- ・ノロウイルス……感染性胃腸炎や食中毒を引き起こす。手指や食品から感染する
- ・A型肝炎ウイルス……井戸水や二枚貝が感染源に挙げられる。潜伏期間が長く、重症化するリスクが高い

寄生虫

- ・アニサキス……サバ、アジ、カツオ、イカ…などすべての魚介類に寄生する
- ・クドア・セブテンpunkタータ……ヒラメに寄生する
- ・施尾線虫……ホタルイカに寄生する

調理に際しては、仕込みの段階で魚体に付着している腸炎ビブリオなどを洗い流す。腸炎ビブリオは塩水を好み、真水に弱いので、真水の流水で十分に洗い、内臓などを取り除き、真水で洗い流します。手指を石鹸できれいに洗って、調理してください。処理に使用した包丁、まな板、シンクはすみずみまで洗浄・消毒します。常温での保管は避け、できるだけ迅速に冷蔵庫や冷凍庫に保管することが重要です。

アニサキスにも注意してください。仕込みの段階で内臓をすみやかに取り除く必要があります。また、目視でアニサキス幼虫を除去する必要があります。

●化学的有害要因

化学的有害要因は、2つに大別されます。一つは生物に由来する化学的有害原因物質、もう一つは人為的、偶発的に混入する化学的有害原因物質です。

生物に由来する化学的有害原因物質とは――

- ・カビ毒
- ・貝毒
- ・ふぐ毒
- ・シガテラ毒
- ・ヒスタミン

などです。

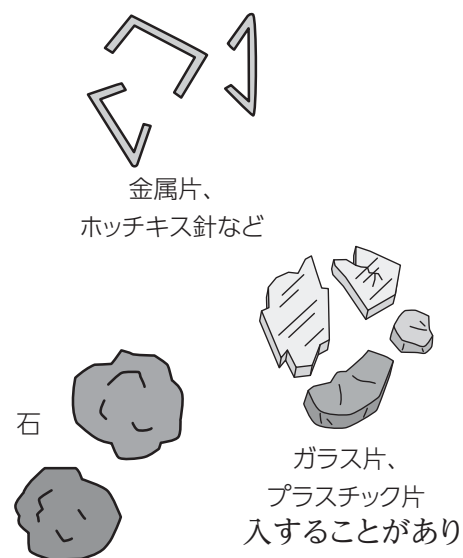
シガテラ毒はイシガキダイやヒラマサに含まれていることがあります。過去にシガテラ毒の事例のあった地域では情報に注意してください。



ヒスタミンはマグロ、カツオ、サバ、イワシ、ブリ…などに蓄積され、食べるとアレルギー様食中毒を引き起こすことがあります。調理に際しては、魚を常温で放置せずに、速やかに冷蔵庫で保管します。エラや内臓を除去したら、水洗いして素早く冷蔵保管します。人為的、偶発的に混入する化学的危害原因物質とは、洗剤や農薬、塗料などの混入です。混入しないように注意してください。

●物理的危害要因

食材を仕入れたときに石やプラスチック片、ガラス片、ホッチキスなどの金属片が付着していて、気付かずに料理の中に混入します。



3 徹底した衛生管理の必要性

すし店において、衛生管理上の危害要因となるものはさまざまありますが、お客様に食中毒などの危害を及ぼす最も大きな要因は、前項で述べましたような食中毒を引き起こす細菌やウイルス、寄生虫などです。すし店で提供するすしや料理に食中毒などの危害を及ぼす細菌やウイルス、寄生虫などが付着していると、それを食べた人は腹痛や嘔吐、下痢などの症状を発症する危険性があります。

そのようなことに直面しますと、店の営業を停止し、原因究明をした上で、徹底した店舗の清浄を行うことになります。またどのような経路でそうした細菌やウイルスなどが混入したのかについても、徹底した調査が行われます。このような事態になりますと、地域のお客様への店の信頼が揺らぐことにもなります。

食中毒の汚染源で恐ろしいのは、すし店の調理師や従業員自身によって、それらの細菌やウイルスが運ばれてくることも多いということです。

お腹の具合が悪いが店を休むほどではないというすし調理師や従業員が、しっかり手洗いをせずに仕事場に入るのは大変危険なことです。とくに感染力の強いウイルスもいるので、あっという間に感

染することが少なくありません。

すし店の場合は、海で捕獲される魚介類を多く扱っていますが、じつは海にも危険な細菌や寄生虫がたくさん生きています。ですから水揚げされた魚介類は細菌や寄生虫で汚染されていることもあります。これは豚肉、鶏肉などの肉類でも野菜類でも同様です。納入業者までの段階で衛生管理が徹底されていたとしても完全ということはありません。ですから納品された食材をしっかりと衛生的に管理し、付着している可能性のある細菌やウイルス、寄生虫などを必ず排除する仕組みを店の方でも作っておく必要があるのです。



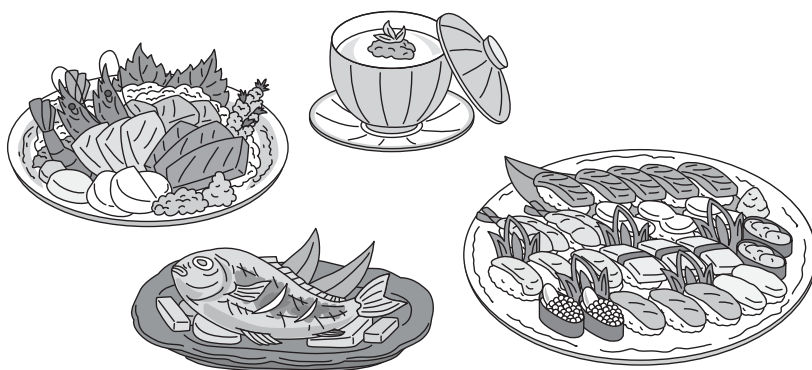
4

経験則や仕事の慣れが食中毒の危険を生む

すし店においては、毎日店舗の清掃に始まって、仕入れ業務や在庫管理、そして魚介類の仕込み作業といった、営業前だけをみてもたくさんの仕事があります。このような作業の中でも、しっかりした衛生管理意識が保たれていないと、いつでもどこでも食中毒発生のリスクが潜んでいます。とくに誰しも経験を積んで仕事に慣れてくると、いろいろな仕事の流れ作業のようになり、衛生管理面でのチェックがあまくなってしまうことも少なくありません。

例えば、仕入れ作業の慣れから、納入業者から収められた魚介類や肉類、野菜類などの食材の受け取りがいつの間にか雑になって、正当な衛生管理を徹底されなくなってしまうこともあります。床に直接食材類を置いてしまうとか、納入業者の箱詰めの衛生具合をチェックせずに店内に持ち込んでそのままにしてしまう、あるいは下処理作業で急いでいて食材の水洗い作業がいい加減になる、などによって、危害要因である細菌やウイルスなどを十分に排除できないままになる、あるいは増殖させてしまう可能性があります。

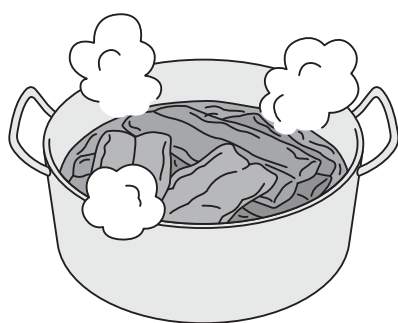
これは営業中や営業後の仕事においても同様にいえることです。必要なのは、つねに徹底した衛生管理基準でチェックしながら仕事をする事。これまでのあいまいな経験則だけに頼ることなく、また時間がないからといって衛生管理面での作業を自分の判断で簡略化することなく、科学的知見や合理的根拠に基づいて衛生管理することがHACCPです。



危険微生物を生み出す環境

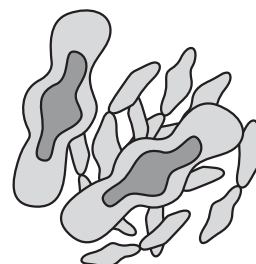
加熱調理と、その後の冷却

80℃以下での加熱では
死なない細菌

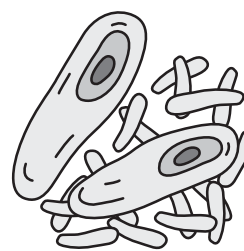


煮込み料理など

十分に加熱すれば細菌などの微生物は死滅すると思いがちですが、ぐつぐつ煮込んでもお死滅しない細菌があります。しかも加熱しても死滅しない細菌は、料理が冷める時に爆発的に増えるという性質があります。恐ろしいことに、ボツリヌス菌は芽胞をつくるため、耐熱性が強く、缶詰の製造基準である121℃ 4分以上の加熱を行わないと死滅させることはできません。



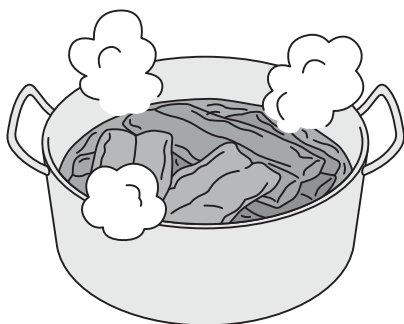
ウェルシュ菌



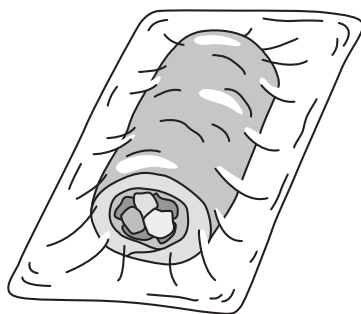
ボツリヌス菌

真空パック、 煮込み料理、大量に作った料理

酸素がない環境でも
増える細菌



煮込み料理など

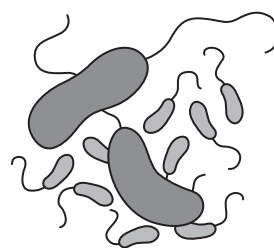
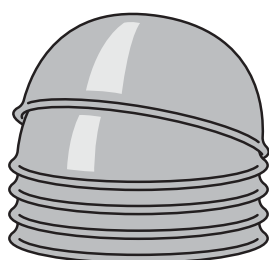
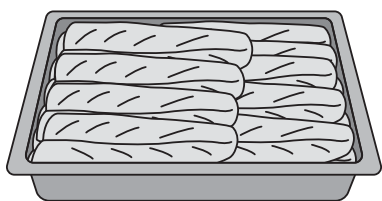


真空パック

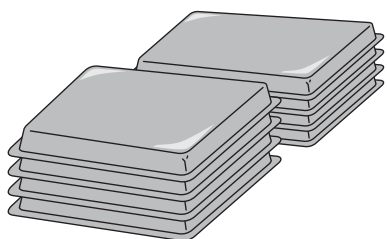
無酸素状態にした真空パックや、沸騰させて無酸素状態になった煮込み料理などは、細菌は増えず常温保管でも安全と考えやすい。だが、前述した80℃以下の加熱では死滅しない細菌は、酸素がないところでも増えてしまいます。こうした料理の常温保管は大変危険で、また加熱した食品でも緩慢に冷却するのはリスクがあります。

積み重ねた器具、 積み重ねた食品の内部

酸素が薄い環境が
大好きな細菌



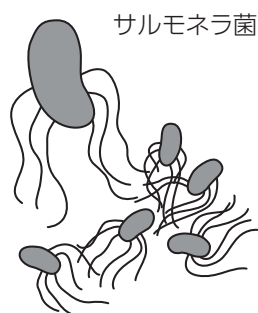
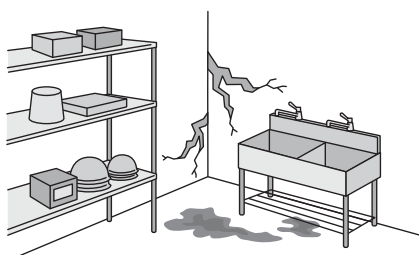
カンピロバクター



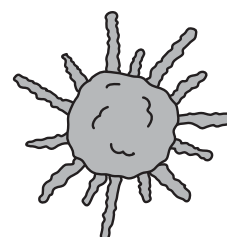
重ねたボウルやバット類、大量の料理や食品を盛った中心部分は酸素が薄くなる部分です。この部分で増える細菌があります。生肉や生魚の仕込みで使ったボウルやバットを洗浄不足で重ねておくと、細菌が増え、大変危険です。

床や壁のひび割れ、 トイレの共有部

乾燥に強い
細菌やウイルス



サルモネラ菌



ノロウイルス

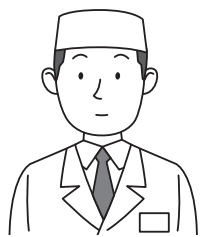
サルモネラ属菌は乾燥状態の環境でも増えたり、生き残ったりします。またノロウイルスは乾燥しているところでも生きていくことができます。このような乾燥に強い細菌やウイルスは、床や壁、パイプや梁^{はり}など清掃していない洗浄不足の場所に巣を作り、住み着いてしまいます。トイレの共有部も要注意です。

食中毒を生み出す仕事の盲点

傷・火傷・手荒れ、鼻をかんだ後・頭皮や鼻の下を触った後など

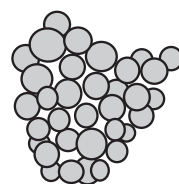
毒を出す細菌

鼻の下あたり（鼻前庭）



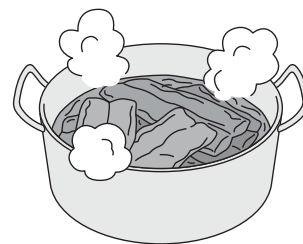
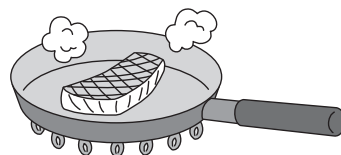
傷ついた皮膚

傷ついた皮膚の上や、食品や人の体内などで増える時に毒を出す細菌があります。黄色ブドウ球菌から食品の中に出された毒素は通常の加熱では失活しません。この食品を食べれば食中毒を引き起こすこともあります。



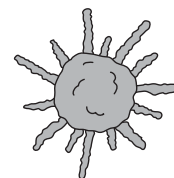
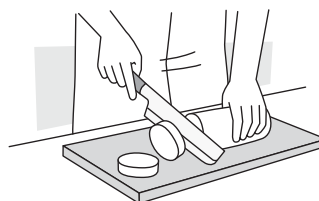
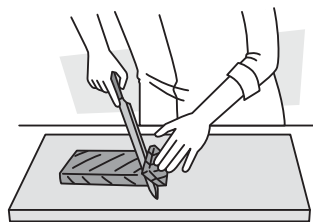
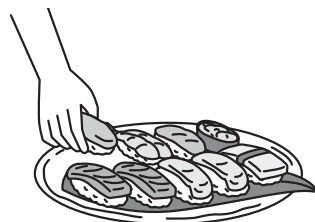
黄色ブドウ球菌

カビの生えた食品など

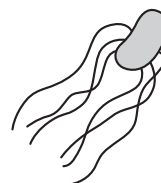


体調不良時・調理済み食品の取り扱い

少量で発症する細菌やウイルス



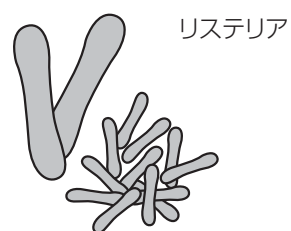
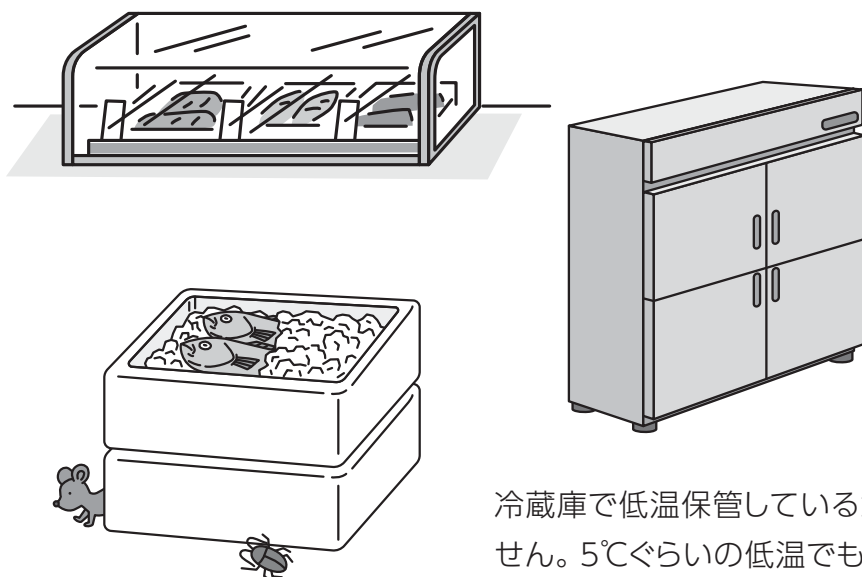
ノロウイルス



サルモネラ菌

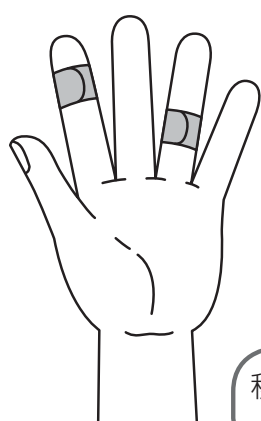
十～数百個という少ない量でも、人に害を及ぼす細菌があります。生で食べる食品、また加熱後でも調理済み食品に付いてしまえば、微量でも食べてた人は食中毒の症状が出てしまうことがあります。

低温でも増える細菌

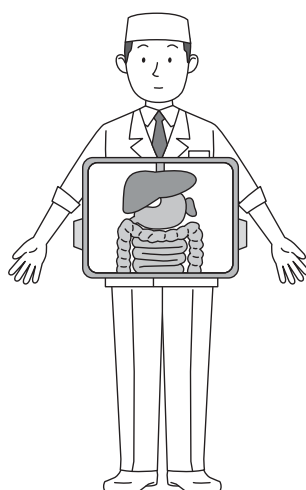


冷蔵庫で低温保管しているから菌は増えないと安心はできません。5℃ぐらいの低温でも増える細菌はいます。冷蔵庫でも長期保管はかえって危険性が高いといえます。

人が原因



移動手段は
人間です



切り傷や火傷などの傷口で大量に増えた細菌は毒を出します。料理などの食品に付いた細菌やウイルスは腸の中で増えて、排便などを通じて、人から拡散していきます。手を洗わなかったり、不潔にしていると、その人を通して細菌やウイルスは移動し、広がっていきます。

5

ハ サ ッ プ

HACCP制度の義務化と対象業種

2020年6月から、すし店をはじめ飲食店では、店の衛生管理の徹底を図るために、HACCP（ハサップ）制度の導入が義務化されることになりました。

HACCP（ハサップ）とはHazard Analysis Critical Control Point「危害要因分析重要管理点」の略で、一般に食品を製造する事業者が行なうべき衛生管理手法です。原料の運搬、製造、梱包、出荷までのすべての工程で起こりうる食品汚染の危害要因を分析し、その危険を回避するための衛生管理を科学的根拠に基づいて行なうものです。同時に、衛生管理がきちんと実施されているかを記録し、問題が生じたときに、どの段階でどのような危害要因が生じたのか、をスムーズに後で分析できるようにしておくものです。

この手法を、すし店の立場で解説すると、原材料の仕入れから保管、仕込み、調理までの重要な工程において、細菌やウイルス、寄生虫などの微生物の汚染や金属等の混入危害を予測し、どう防止対策をとるか継続的に監視・記録し、後でどの段階が問題だったのかチェックすることができる衛生管理システムのことをいいます。

HACCPのやり方はアメリカで考えられたものですが、いまでは食の安全性を確保するための国際基準となっています。日本においても海外との取引が多くなり、国際取引の際には国際基準に合わせた衛生管理が求められるようになり、大企業を中心にHACCP制度の導入が行なわれています。しかし、小規模事業者はまだ導入しているところはそれほど多くなく、先進国の中でも導入率が低い状況にあります。そのため、日本では段階的にHACCPの導入を義務化することになり、2018年の国会でHACCPの義務化を含めた食品衛生法の改正案が可決されました。

そして、2年以内つまり2020年6月までにすべての食品関連事業者にHACCP制度の導入が義務化されました。

しかし本来のHACCPは7原則12手順というガイドラインにのっとって徹底した衛生管理を進めていくものですが、その1つめの手順が「HACCPチームの編成」となっており、多くの人員が必要となっていて個人経営店では困難です。そのため2020年から始めるHACCP制度の義務化にあたり、政府は規模に応じて「HACCPに基づく衛生管理」と「HACCPの考え方を取り入れた衛生管理」の2つの基準を設けました。「HACCPに基づく衛生管理」は従業員50人以上の大規模な食品企業が対象で、HACCPの7原則12手順を要件とする衛生管理が求められます。

これに対して「HACCPの考え方を取り入れた衛生管理」は小規模事業者が対象です。

小規模事業者とは、

ア. 小規模な製造・加工事業者

イ. 併設された店舗で小売販売のみを目的とした菓子や豆腐などを製造・加工する事業者

ウ. 提供する食品の種類が多く、変更頻度が頻繁な飲食店等の業種

エ. 低温保存が必要な包装食品の販売等一般衛生管理のみの対応で管理が可能な業種

——以上とされ、個人経営の飲食店や豆腐店、自家製造の和洋菓子店、食品スーパーのようなところを「HACCPの考え方を取り入れた衛生管理」の対象にしています。

「HACCPの考え方を取り入れた衛生管理」とは、一般的衛生管理を基本として、業界団体の手引き等を参考にしながら、必要に応じて重要管理点を設けて管理することを可能とし、その他についても弾力的な運用を可能とする、ということをガイドラインとしてHACCP制度の導入を進めるように促しています。

以上のようなことから、一般のすし店も「HACCPの考え方を取り入れた衛生管理」の対象業種として、HACCP導入が2020年6月までに義務化されることになりました。ただし、この法律には1年間の経過措置があり、最終的には2021年6月までにHACCP制度の導入が義務化されることになります。

とはいえ、HACCPは自店の仕入れから保管、下処理、仕込み、調理、片付け、清掃まですべて細かくチェックしてリスト化するなどさまざまな実務作業が発生しますので、それなりに準備が必要です。できるだけ早く準備に取りかかって、経過措置の時間もフルに活用して上手に導入しましょう。

6

すし店の^{ハ サ ッ プ}HACCP導入のすすめ方

すし店がHACCP（ハサップ）の導入をすすめるには、特別なことを行ない、難しい作業と思われがちですが、実は日頃から多くのすし店が食中毒を防ぐために行なっている食品衛生管理からはじまります。それに項目を補足したり、従業員の誰もがその内容がわかるよう説明や図を書き入れ、記録に残すことでHACCP（ハサップ）へとすすんでいきます。

すし店が日頃から行っている衛生管理とは5Sと呼ばれるものです。5Sとは「整理」「整頓」「清掃」「清潔」「習慣づけ」の5つの頭文字です。それに「洗浄」「殺菌」を加えて7Sとすることもあります。その内容をくわしく見ますと――

- **整理** …… 整理の本質は、要るものと要らないものを区別し、要らないものを処分することです。仕入れて残ったすしダネや食材を「もったいない」とか「いつか使うかもしれない」ということで、要らないものを保管しておくことになりがちですので注意が必要です。
- **整頓** …… 整頓とは、要るものの置く場所を確保し、置き方や置く量などを決めることです。置き場所を決めたら、商品名や数量を明示します。そして管理担当者を決めます。
- **清掃** …… 清掃は、安全な食品を調理するために重要なものです。ゴキブリなどの虫やカビ・細菌類が増殖しないよう、食品や食材の残滓(ざんし)を徹底的に除去しましょう。
- **清潔** …… 異物の混入、微生物汚染、化学物質汚染が起こらないように、店や調理の環境を整備し、きれいな状態を維持することが重要です。
- **習慣づけ** …… 決められたルールは従業員全員で守ることが大切です。例えば、手洗いのルールを決め、守らない従業員には不十分な手洗いがノロウイルスなど食中毒の原因になることを言い聞かせ、改善を図ることが重要です。
- **洗浄** …… 調理道具や器具、備品、食器をきれいに洗い、汚れや菌を除去することで、汚染のリスクを低減させることになります。
- **殺菌** …… 微生物汚染を対策として、丁寧な洗浄に加えて、微生物を増やさず死滅させる殺菌作業も必要です。

7 ハ サ ッ プ HACCPの必要性——衛生管理の見える化

一般に食べ物は漁場や農場、漁師や生産者から市場を経て送られ、飲食店や小売店を通して消費者の口に入ります。その間、さまざまな人たちが関わり、それぞれがバトンを渡すようにつながっています。すし店も、そうした輪の中の大切な部分を担っています。しかし、食中毒の多くが飲食店で発生しているというデータがあり、飲食店の衛生管理の徹底が強く求められています。

生産から食卓まで、みんなで食の安全性を保ち、バトンをつなぎながら、協力して衛生管理に努めることが最終的にお客様の安全につながり、それが日本の食文化の発展を支えることにつながっているのです。

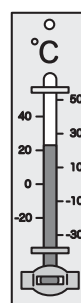
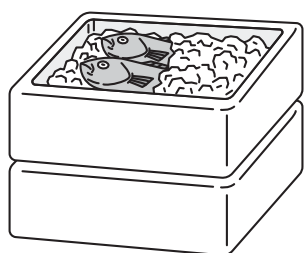
そのためには飲食店を含めた食品企業すべてがHACCP（ハサップ）に沿った衛生管理の制度化により、より一層の衛生管理の徹底を図ることが大切になっています。

すし店をはじめとした飲食店では、「HACCP（ハサップ）の考え方を取り入れた衛生管理」が義務化されるわけですが、これまでもどのすし店も衛生管理を求められてきました。それとはどのように違うのでしょうか。それは、個々のすし店が使用する原材料や、仕込み・調理の工程などに応じた衛生管理となるように計画を策定し、またそれぞれを記録し保存して「最適化」「見える化」することによって、しっかりと衛生管理を徹底させることです。

温度管理や手洗いの仕方等の手順を見てわかりやすい書式に定め、簡便に記録できるようにする様式を作成してください。

「持ち込まない」「つけない」「増やさない」「やっつける」——この基本的な食中毒予防の4原則を実現するために、「衛生管理計画」を策定し、それを「実施」し、結果を「記録、確認」することがHACCP（ハサップ）の考え方に沿った衛生管理なのです。

食中毒予防の4原則



衛生管理の「見える化」



店の衛生計画表（40ページ）を作成し、メニューに応じた衛生管理の注意点を明確にする。

表に記載した衛生計画を実行する。

店の衛生管理日誌（42ページ）を作成。毎日記録し、衛生管理が守られているか確認する。

なお、実施記録の保存期間は、最後に記入してから1年以上です。



第2章

すし店の ハ サ ツ プ HACCP制度 の取り組み方

1

すし店でも簡単にできるHACCP（ハサップ）の取り組み

すし店の日頃の衛生管理が、HACCP（ハサップ）の基本

前項でも述べましたように、すし店は「HACCP（ハサップ）の考え方を取り入れた衛生管理」を導入することによって、自店を高い基準の衛生管理の徹底を図ることができます。また2020年6月からのHACCP（ハサップ）導入の義務化にも対応することになります。この「HACCP（ハサップ）の考え方を取り入れた衛生管理」の仕組みは、小規模事業者を対象としていますので、多くのすし店にとってもそれほど難しいことはありません。これまで日頃から実施してこられた日常的な衛生管理の基本的な作業を、よく分析してチェックしやすくしましょうということです。この手引書を活用して上手に導入していただきたいと思います。

とくに「HACCP（ハサップ）の考え方を取り入れた衛生管理」のやり方は、すし店にとって衛生管理が見える化され、より効果的な衛生管理を行うことができるようになります。

衛生管理の見える化とは、これまでの手洗い、清掃、従業員の健康管理など一般的衛生管理に関する取り組みと、メニューに応じて管理方法を定めた衛生管理の様式・書式を作成し、実行、記録・確認することです。

そのためには、次ページから述べる一般的衛生管理のポイントを理解した上で、まずは

①衛生管理表（40ページ参照）

②衛生管理日誌（42ページ参照）

を作成し、実行して記録すれば、HACCPの考え方を取り入れた衛生管理はそんなに難しいことはありません。

さらに、3章で述べる具体的な一般的衛生管理表（46ページ）、重点管理表（56ページ）と、それぞれの実施記録表も作ることをすすめます。

なおこの手引書で示した手法は、米国FDA（米国食品医薬品局）が発表した「小売業者向けHACCP（ハサップ）の原理を利用したマニュアル」の考え方を参考にしています。この手引書により、すし店の衛生管理が見える化され、食中毒の発生の低減につながりやすくなることが期待されています。

2

HACCPの具体的な取り組み方とは――

HACCP（ハサップ）の考え方を取り入れた衛生管理を具体的に進めるにあたって、すし店ではどう取り組んだらよいのでしょうか。大事なことは衛生管理のこれまでの手法をきちんと見える化させることです。その進め方は以下のとおりです。

- ①衛生管理計画を作成する。
- ②衛生管理計画を実行する。
- ③衛生管理計画を実行した内容について、記録・確認する。

以上です。

では①の衛生管理計画とは何でしょうか。これは現在取り組んでいる衛生管理と、メニューごとに応じた衛生管理の注意点（冷蔵する、加熱するなど）を様式化して記入しやすくし、見てわかりやすく明確にする、ということです。簡単にいうと、一般的衛生管理に関する事項と、メニューに関する事項について、毎日の衛生管理状況を記入していけるような書式を作るのです。

まず一般的衛生管理の内容については、店の衛生管理の基本事項をきちんとリストアップします。基本事項の内容は、地元の飲食店営業許可申請時等に求められる管理運営基準等です。さらに原材料の受入れや冷蔵庫・冷凍庫の温度の確認などの項目を自店に合わせてリストアップしていきます。以下、具体的に例をあげて列記します。

一般的衛生管理のポイント

■ 基本事項

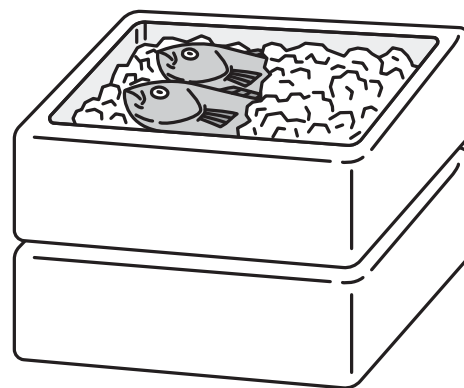
- 1.各自治体の飲食店営業許可申請時等に求められる事項（管理運営基準等）

飲食店における衛生管理（衛生管理計画例）

一般的衛生管理に関する事項（例）	
基本事項	・各自治体の飲食店営業許可申請時等に求められる事項（管理運営基準等）
原料の受入	・原材料の納入に際し、外観、におい、包装の状態、表示（期限、保存方法）を確認
冷蔵・冷凍庫	・冷蔵庫、冷凍庫の温度を確認
器具等の管理	・シンク、器具の洗浄、消毒の確認
従業員の健康管理	・調理従事者の健康チェック
トイレの清掃	・トイレの清掃の確認
手洗い	・調理前、トイレの後の手洗い

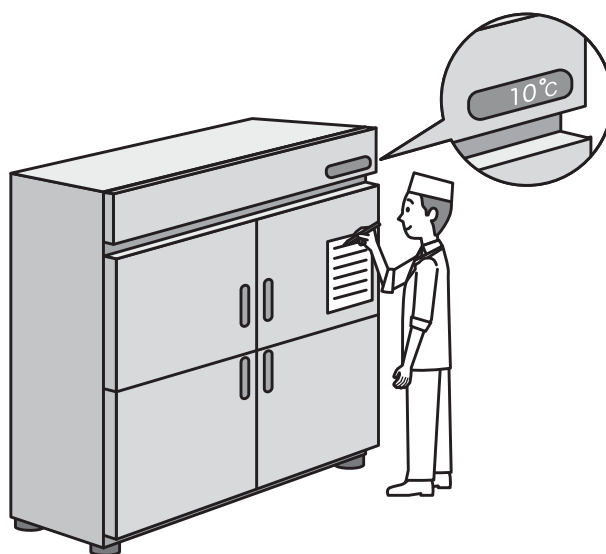
■ 原材料の受入の確認

1. 原材料が到着したら、商品、数量など、注文したものと納品されたものが合っているか。
2. 納品された原材料の外観、におい、包装の状態、表示（期限、保存方法）などを確認。
3. 可能であれば冷蔵・冷凍品の温度を確認。なお、冷蔵・冷凍品は室温に置かれる時間をできるだけ短くする。
4. なんらかの問題があったときは、仕入れ先にすぐに連絡し、使うことなく返品する。
5. 以上のことを日記か日報に記録して残す。



■ 冷蔵庫・冷凍庫の温度の確認

1. 冷蔵庫・冷凍庫の庫内温度を確認する。温度計がついていない場合は中に置いておく。
2. 1日何回とか何の作業の前か後というように決めた頻度（例：「始業前」）に従って、温度を測定する。
なお、保存している食材の期限表示も定期的に確認し、期限内に使用するようにする。
3. なんらかの問題があったときは別の冷蔵・冷凍場所へ移動させるなど、決めた方法に従い、対応する。
4. 以上のことを日記か日報に記録して残す。



■ 交差汚染・二次汚染の防止

1.生魚介類などの食材はふた付きの容器などに入れ、冷蔵庫の最下段に保管する。冷蔵庫内の食品の種類ごとに決められた場所に保管する。

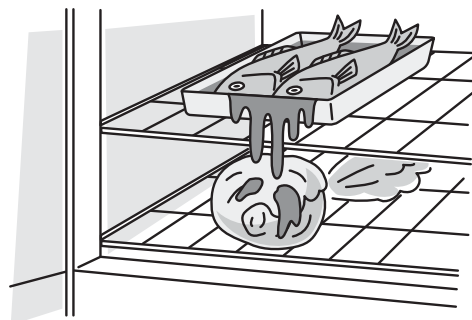
まな板、包丁などの調理器具は、魚介類や野菜などの用途別に分け、それらを扱った都度十分に洗浄し、消毒する。

2.1日何回とか何時間ごとというように決めた頻度（例：「作業中」）に従って、冷蔵庫内の保管状況や調理器具の使用・洗浄などについて確認する。

3.なんらかの問題があったときは、決めた方法に従い、対応する。

例) 調理器具などを介して食材に魚介類や野菜類からの汚染の可能性がある場合は、必ず加熱して提供する。または、場合によっては食材として使用しないようにする。まな板や包丁などに汚れが残っている場合には、再度、洗浄し、消毒を行なう。

4.以上のことを日記か日報に記録して残す。



■ 器具等の洗浄・消毒・殺菌

1.器具等については、魚介類や野菜類などの用途別に分け、それらを扱った都度、以下の手順で十分に洗浄し、消毒する。

2.作業の後というように決めた頻度（例：「使用後」）に従って、器具類の洗浄を確認する。

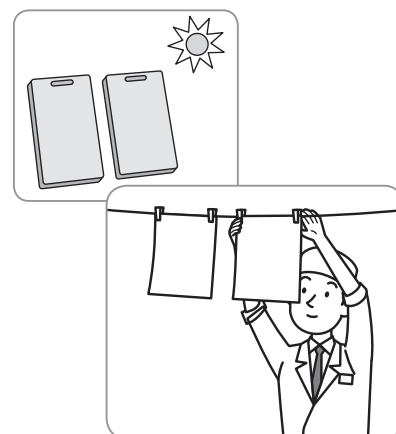
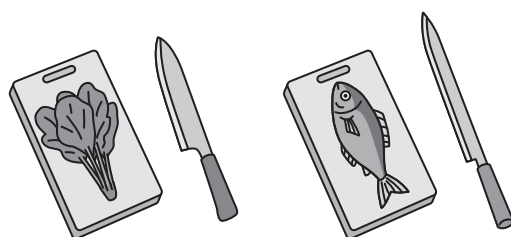
3.なんらかの問題があったときは、決めた方法に従い、対応する。

例) 使用時に汚れや洗剤などが残っていた場合は、洗剤で再度洗浄、または、すすぎを行い、消毒する。

4.以上のことを日記か日報に記録して残す。

5.洗浄などの手順

(1)まな板、包丁、へら等



- ア. 水道水で水洗いし、目に見える食品、汚れを取り除く。
- イ. スポンジタワシに洗剤をつけ、泡立ててよく洗浄する。
- ウ. 水道水でよく洗剤を洗い流す。
- エ. 熱湯、塩素系殺菌剤または70%アルコールなどにより殺菌する。
- オ. よく乾燥させ、清潔な場所で保管する。

(2)ふきん、タオル等

- ア. 水道水で水洗いする。
- イ. 洗剤をつけ、泡立ててよく洗浄する。
- ウ. 水道水でよく洗剤を洗い流す。
- エ. 可能であれば、沸騰したお湯で5分間以上煮沸殺菌、または、塩素系殺菌剤で殺菌を行なう
- オ. 清潔な場所で乾燥、保管する。

■トイレの洗浄・消毒

1.トイレの洗浄・消毒は以下の手順に従って、1日何回とか何時間ごとというように決めた頻度（例：「始業前」）で実施し、確認する。

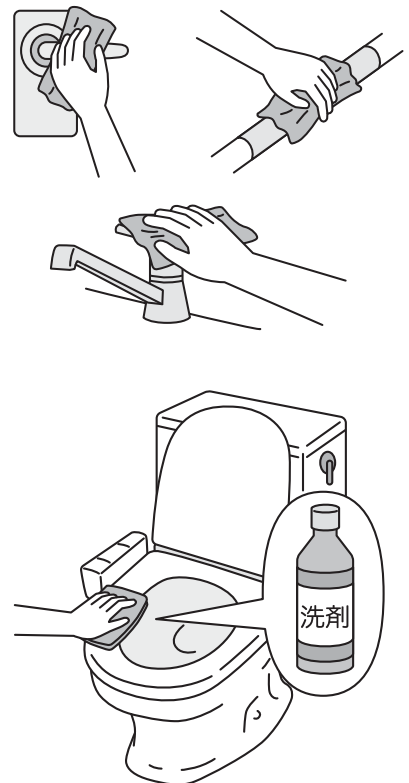
2.なんらかの問題があったときは、決めた方法に従い、対応する。

例) 業務中にトイレが汚れていた場合は、洗剤で再度洗浄し、消毒する。

3.以上のことを日記か日報に記録して残す。

4.洗浄などの手順

- (1)まず、調理を行うときの服とは異なる服、くつ、ゴム手袋を身に着ける。
- (2)次にトイレ用洗剤、ブラシ、スポンジを用意する。
- (3)水洗レバー、ドアノブなど手指が触れる場所を、塩素系殺菌剤で拭く。
- (4)手洗い設備の洗浄を行なう。
- (5)便器は、専用洗剤を用いてブラシでこすり洗いした後、



流水ですすぐ。

(6)床面は、専用洗剤を用いてブラシでこすり洗いした後、流水で洗い流す。

(7)水洗レバー、ドアノブなどに触れてしまうなど、消毒済みの個所を汚染しないようにする。汚染の可能性があった場合は再度殺菌する。

(8)使用した用具は洗浄し乾燥・保管する。

(9)終了後は、入念に手洗いを行う。

■ 衛生的な手洗いの実施

1.以下の手順に従って、始業前やトイレの後、何の作業の後というように決めた頻度（例：「トイレの後、調理場に入る前、盛り付けの前、作業内容変更時、魚介類や肉類などを扱った後、金銭をさわった後、清掃を行った後」）で、衛生的な手洗いを実施し、確認する。

2.なんらかの問題があったときは、決めた方法に従い、対応する。

例) 作業中に従業員が必要なタイミングで手を洗っていないことを確認した場合には、すぐに手洗いを行なわせる。

3.以上のことを日記か日報に記録して残す。

4.手洗いの方法

ア. 流水で手を洗う。

イ. 洗浄剤を手に取りる。

ウ. 手のひら、指の腹面を洗う。

エ. 手の甲、指の背を洗う。

オ. 指の間（側面）、股（付け根）を洗う。

カ. 親指・拇指球（親指の付け根のふくらみ）を洗う。

キ. 指先、爪の間を洗う。

ク. 手首を洗う。

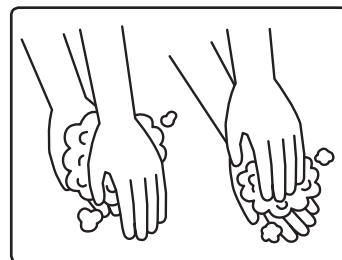
ケ. 洗浄剤を十分な流水で流す。

コ. 手を拭き、乾燥させる。

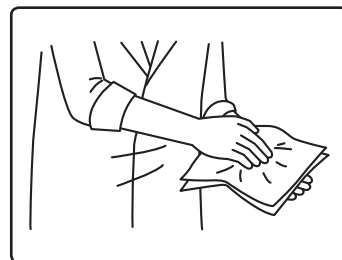
流水で手を洗う



手のひら、
指の腹面、爪の間
などを洗う



手を拭き
乾燥させる



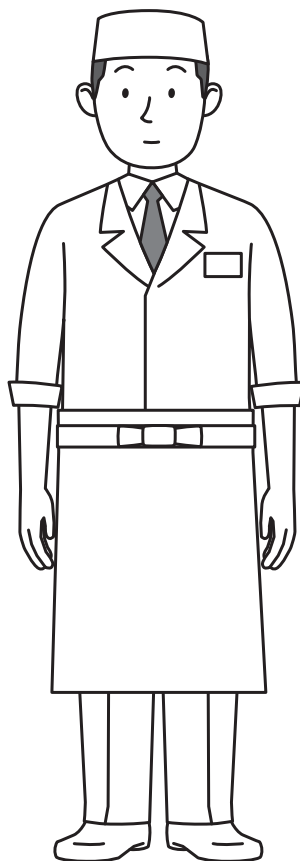
サ. アルコールで消毒する(爪下、爪周辺に直接かけた後、手指全体によく擦りこむ)。

注) 2度洗いが効果的! (ア~ケまでをくり返す)

■ 従業員の健康管理・衛生的な作業着の着用など

1. 始業前とか何時間おきというように決めた頻度(例:「始業前」または「作業中」)で、以下の方法で確認する。
2. 従業員に、下痢や嘔吐などの症状がある人がいないか確認する。症状があった人は直接食品を取り扱う業務に従事させてはいけない。帰宅させ、病院を受診するようにさせる。治るまでは、直接食品を取り扱う業務に従事させないようにする。
3. 従業員の手指に傷がないか、確認する。傷がある場合には、耐水性絆創膏を付けた上から手袋を着用させる。
また、使い捨て手袋の着用を過信してはいけない。手袋を着用するときも衛生的な手洗いを行うようにする。
4. 従業員が、食品を取り扱う際に清潔な服を着用しているか確認する。
5. 従業員が、髪を清潔に保ち、必要な場合は結んでいるか確認する。
6. 腕時計や指輪などの貴金属は外しているか確認する。
7. 以上の中で必要最少限のことを日記か日報に記録して残す。

以上が衛生管理の様式の項目例です。これとともに、各店のメニューごとの衛生管理の注意点を明確にしたチェック表を作成していきます。その際に、32ページのように3つのグループに分類するとチェックがしやすくなります。



3 メニューごとの重要管理のポイント

すし店は刺身やすしなど加熱しない生ものの料理が中心ではありますが、全国的にみるとすしや刺身だけでなく和食一般の料理を取り扱っている店も少なくありません。そうしたすし店では生ものの以外の材料を扱うことも多くあります。そうした点をふまえて、調理方法に応じ、メニューを3つのグループに分類し、それぞれのチェック方法を決めるようにします。

■ 加熱しないメニュー（冷蔵食品を冷たいまま提供するもの）

こうした食材は加熱工程がないため、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ない。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）で保管することが重要である。

例) 刺身、すしダネ、酢の物、かまぼこ…

■ 加熱して提供するメニュー（冷蔵食品を加熱し、熱いまま提供するもの）

加熱用として仕入れた魚介類や、生食の消費期限を越えた魚介類は有害な微生物に汚染されている可能性があるため、十分な加熱を行う必要がある。多くの有害な微生物は、75℃で1分間以上の加熱で死滅する。そのため、中心部まで火を通すことが重要とされている。

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する。

例) 煮物、焼き物、茶わん蒸し…

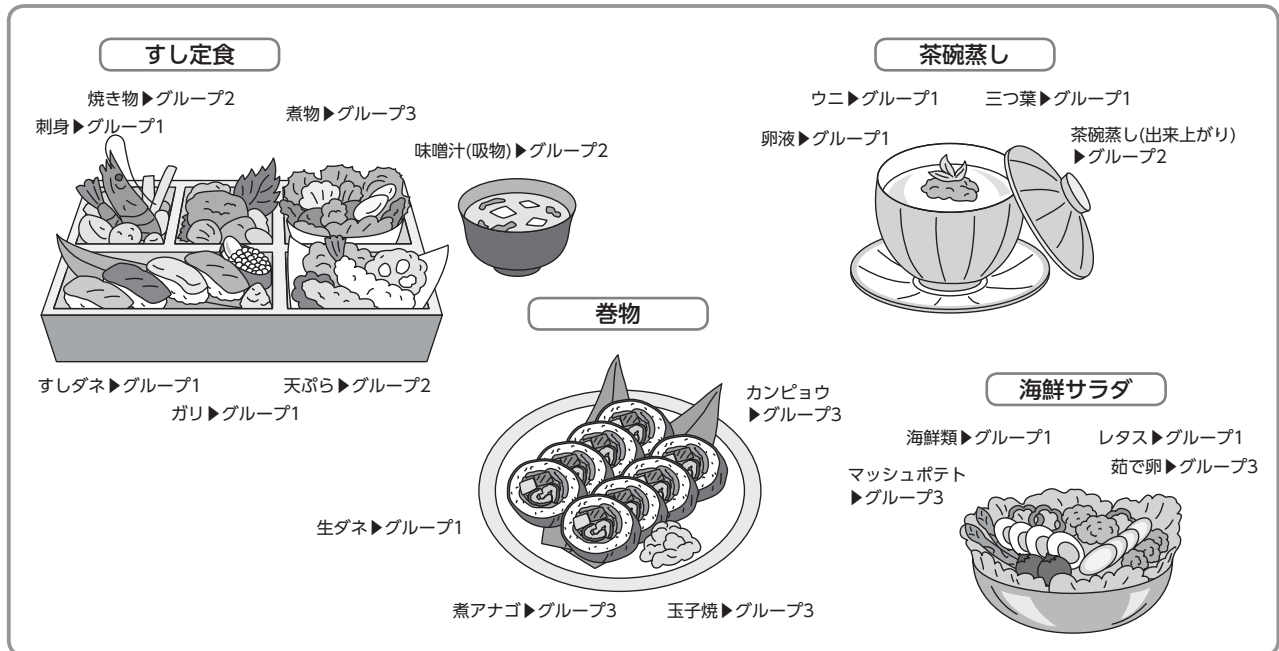
■ 加熱後冷却または再加熱するメニュー（加熱後、冷却し、再加熱して提供するもの）

加熱調理したものを長時間室温に置いておくと、加熱しても食品に有害な微生物が残っていたり、加熱後に付着した有害な微生物などが増えてしまうことがある。加熱後、保管する場合には、60℃以上で保管するか、危険温度帯（10～60℃）に長くともまらないように、素早く冷却することが重要である。

例) 加熱後冷やして提供する料理、作り置き of 煮物、すし飯…

以上について、それぞれ自店のメニューごとに3分類して、衛生管理的に問題なく提供できているか、毎日の状態を記入できる書式で作るとのことです。

料理をグループ分けする



グループ1
加熱しない食品

サラダ

刺身

ネギ・ワサビ

つけない 交差汚染予防

増やさない 温度と時間管理

グループ2
加熱してすぐ提供する食品

やっつける 十分な加熱

加熱後の食品

揚げ物(フライ類)、焼き物、蒸し物

つけない 交差汚染予防

増やさない 温度と時間管理

グループ3
加熱と冷却をくりかえす食品

だし、煮物(含め煮など)

やっつける 十分な加熱

煮アナゴ

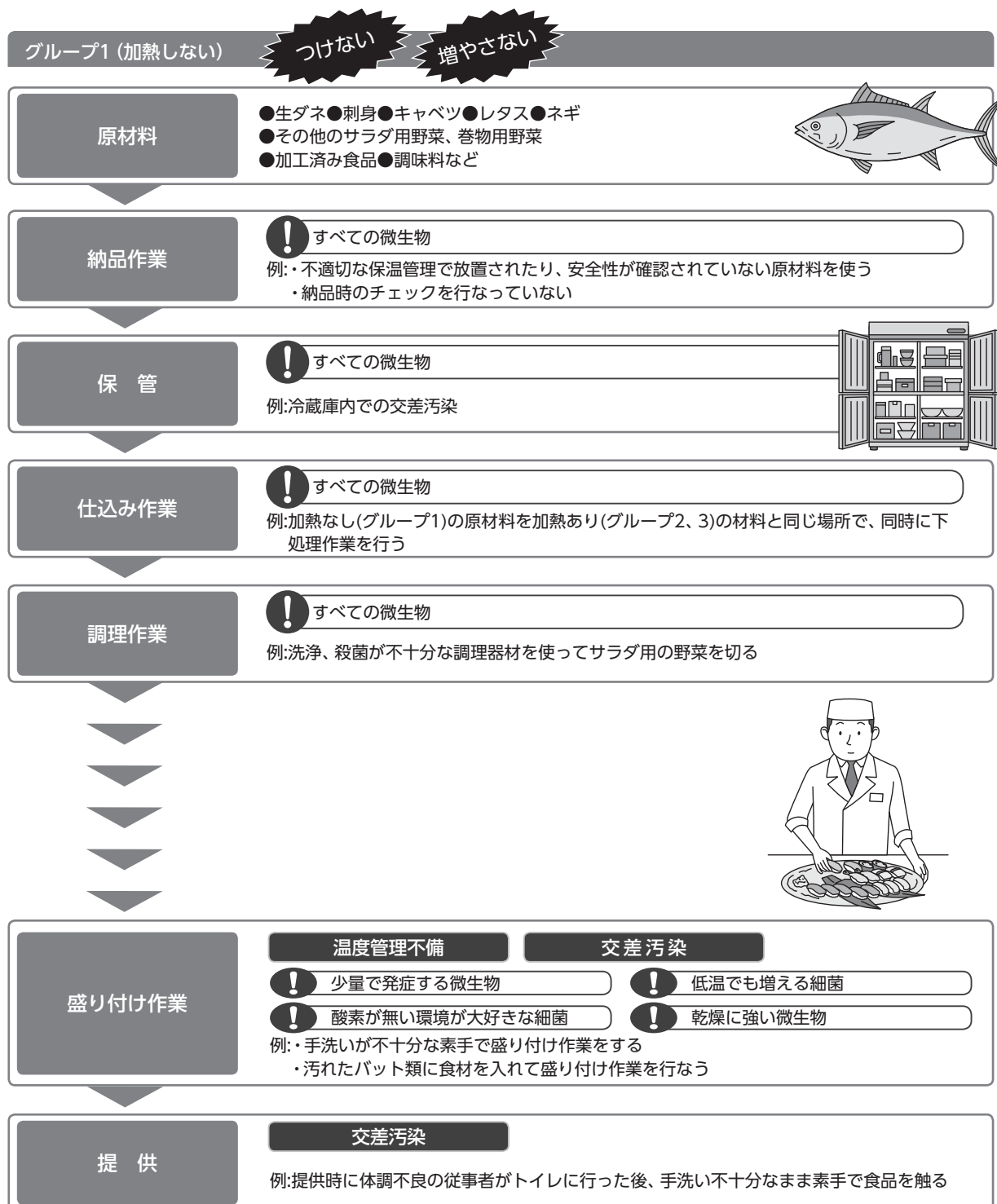
つけない 交差汚染予防

増やさない 温度と時間管理

※料理をグループ分けすることで、衛生管理のための注意点と方法がわかりやすくなります。

各グループの作業工程と危険な要因

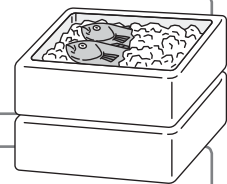
グループ1「加熱しない」、グループ2「加熱後すぐ提供する」、グループ3「加熱と冷却をくりかえす」のグループ分けした作業工程の例と危険な要因について見ていきましょう。



グループ2 (加熱後すぐ提供する)

原材料

- 魚介類
- 米●加熱用野菜



納品作業

- 例: ・不適切な保管温度で放置
・安全性が確認されていない原材料を使う
・納品時のチェックを行っていない

保管

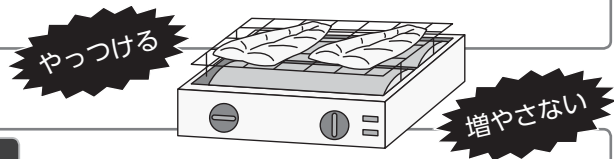
- ! すべての微生物
例: 冷蔵庫内での交差汚染

仕込み作業

- ! 加熱をしても死なない細菌 ! 毒を出す細菌
例: 加熱無し(グループ1)の原材料を加熱あり(グループ2、3)用の材料と同じ場所で、同時に下処理作業を行なう

調理作業

- 例: 不十分な加熱温度で調理(表面は焼けていても中心はそれほど温度が上がっていないことが多い)



温蔵保管

- 温度管理不備
例: 加熱調理後の料理を手洗い不十分な素手で直接触って、一時保管や盛り付けを行なう・温蔵保管温度が基準より低い

盛り付け作業

- 交差汚染 ! 人が原因
つけない ! 少量で発症する微生物
例: 加熱調理後の料理を手洗い不十分な素手で直接触って、一時保管や盛り付けを行う ! 低温でも増える細菌

提供

- 交差汚染 ! 人が原因
つけない ! 酸素が無い環境が大好きな細菌
例: 提供時に体調不良の従事者がトイレに行ったあと、手洗い不十分のまま素手で料理をさわる ! 乾燥に強い微生物

グループ3 (加熱と冷却をくりかえす)

調理作業

! すべての微生物

やっつける

放冷冷却作業

増やさない

温度管理不備

! 酸素が無い環境が大好きな細菌

! 加熱をしても死なない細菌

例：・大量に煮込んだタレや、大量のだしを常温で長時間放置して冷ます
・余った加熱調理済み食品を真空パックにして保存する

再加熱作業

交差汚染

加熱不足

例：再加熱時の加熱不足

やっつける

つけない

盛り付け作業

温度管理不備

交差汚染

! 人が原因

! 少量で発症する微生物

例：少量で発症するノロウイルスやO157、黄色ブドウ球菌から出た毒素を人の手や器具器材から食品に付けてしまう

つけない

増やさない

提 供

! 乾燥に強い微生物

! 低温でも増える細菌

例：提供時に体調不良の従事者がトイレに行った後、手洗い不十分のまま手で食品をさわる

減らす5つのリスク

グループごとの作業工程を洗い出したら、
次は危害の要因を見つけましょう。

-
- ① 衛生管理を怠っている業者から納品された原材料
 - ② 個人衛生のルールを守らない人
 - ③ 食品の加熱不足
 - ④ 不衛生な施設設備
 - ⑤ 食品の温度管理不備
-

「微生物」「化学物質」「異物（硬質のもの）」が、上記の5つの理由で食品についたり、
増えたり、混ざったりして食中毒事故を引き起こします。

3つの原因や5つの理由を念頭に置き、作業に潜む危険を見つけましょう。

重要な工程はきちんとマニュアル化する

■ 手順や数値を明確に表し、調理作業の衛生管理をわかりやすくする

調理を経験則ではなく、手順とともに調理温度や時間の数値を明確化するのが望ましい。例えば、「食中毒を防ぐために、海老の天ぷらは180℃で3分程揚げ、余熱で中心温度が安全な75℃になるようにする」等。

加熱しない場合

- 提供するまで30分以上要する場合は、提供するまで冷蔵庫などに入れ、10℃以下で保存する 等

加熱してすぐ提供する場合

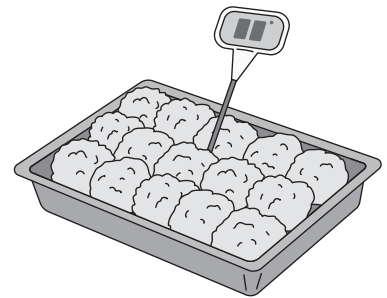
- コンロで火力を強火にし、決まったフライパンで〇〇分加熱して、中心部を75℃以上にする。
- 茶碗蒸しは、湯気が上がった蒸し器に入れ、〇〇分蒸すことで基準値を達成できる

加熱後冷却する場合

- 粗熱を取るときには、ザルに上げて30分以内に20℃以下、または60分以内に10℃以下に冷却する 等

手順通りにできているかを確認するために、必ずその場で確認できる道具を目安にする。

例：オーブンの設定温度、フライヤーの設定温度、温度計の温度、タイマー等々



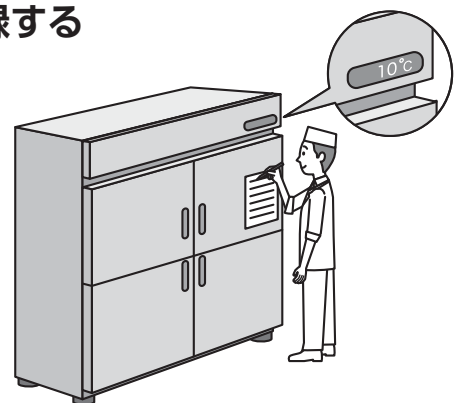
■ マニュアルを守らなかった場合、どう対処するか決めておく

マニュアル通りに調理できなかった料理をどうするかを、あらかじめ決めておきます。例えば、天ぷらや唐揚げなど揚げ物の温度が十分でなかった場合は、加熱し直すか、廃棄するか、します。

■ 決めたことが正しく行われているか確認し、記録する

工程のマニュアル化ができたなら、その通りできたか記録します。

記録することで、意識が高まります。さらに食中毒の疑いがかけられた時に、この記録が自分たちが決めたルールを守って調理し、きちんとした衛生管理を行なっている証拠にもなります。実施すべきことが守られなかった場合、どうして守られなかったかの原因を究明し、再発防止につなげます。



調理シートに管理ポイントを反映する

原材料とその分量、調理手順を記載する調理シートや調理マニュアルの中にも管理ポイントを書き加えます。そうすれば「どの調理に気を付けたらいいか」「危害対策のために、何をすればいいか」が見えるようになります。(ただし、下記の調理シート及び42ページの衛生管理日誌の様式は、法的に規定されたものではなく、任意に作成した例です。)

調理シート (記入例)

20××年 ○月 ○日(○)

作成者: すし山 一郎

メニュー: ウニの茶わん蒸し 数量/2人前 値段: 〇〇〇円

原材料	原材料名	分量	<調理手順>
1	ウニ	40g グループ1	1.椎茸は石づきを取って、短冊に切る
2	椎茸	1/2枚	2.銀杏は殻を割って、茹で、粗熱が取れたら薄皮をむく
3	銀杏	2個	3.三つ葉は2～3cm長さに切る
4	三つ葉	2本 グループ1	4.玉子地を作る。卵1個に対し、だし4(200ml)の割合で玉汁を作り、塩、薄口醤油、みりんを加え、味を整える
5	玉子地 ・卵 ・だし ・塩、薄口醤油、みりん	・1個 ・1カップ ・各少々 グループ3	5.茶わん蒸しの器に1と2を入れ、玉子地を注ぐ。蓋をし、中火で8分蒸す グループ2
			6.蒸し上がったら、ウニをのせ、3の三つ葉を散らす グループ1 交差 温度

盛りつけ図



特記事項

アレルギー情報: 卵、エビ等

提供時の注意点: 熱い状態で提供する

加熱…十分な加熱

温度…温度と時間管理

交差…交差汚染防止対策

急冷…急速に冷却する

調理シート

年 月 日 ()

作成者：

メニュー：

原材料	原材料名	分量	<調理手順>
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			

盛りつけ図

衛生計画 (記入例)

20××年 ○月 ○日(○)

作成者: すし山 一郎

一般的衛生管理に関する事項 (例)		
基 本 事 項	・厚生労働省令で全国統一的に定められた事項 (管理運営基準)	
原材料の受入れ	・原材料の納入に際し、外観、におい、包装の状態、表示 (期限、保存方法) を確認	
冷蔵・冷凍庫	・冷蔵庫・冷凍庫の温度を確認	
器具等の管理	・シンク、器具の洗浄、消毒の確認	
従業員の健康管理	・調理従業者の健康チェック	
トイレの洗浄	・トイレの清掃の確認	
手 洗 い	・調理前、トイレの後の手洗い	
メニューチェック (例)		
分 類	チェック方法	メニュー
非加熱のもの (冷蔵食品を冷たいまま提供)	冷たいまま提供、冷蔵の温度、生野菜は流水でていねいに洗って提供 等	生ダネ、刺身、キュウリ、生野菜、ワサビ、ガリ、ツマ
加熱するもの (冷蔵する食品を加熱し、熱いまま提供)	湯気、見た目、臭い、中心部の温度 等	焼き魚、煮物、天ぷら、味噌汁、茶碗蒸し
加熱するもの (加熱した後、高温保管)	湯気、高温保管庫の温度 等	唐揚げ
加熱後冷却または再加熱するもの (加熱後、冷却し、再加熱して提供)	湯気、見た目、中心部の温度 等 すしダネは常温になったら冷蔵管理	タレ、アナゴ、玉子焼、カンピョウ、エビ (茹で)、タコ (茹で)、すし飯

衛生計画

年 月 日 ()

作成者: _____

一般的衛生管理に関する事項		
基 本 事 項		
原材料の受入れ		
冷蔵・冷凍庫		
器具等の管理		
従業員の健康管理		
トイレの洗浄		
手 洗 い		
メニューチェック		
分 類	チェック方法	メニュー
非加熱のもの (冷蔵食品を冷たいまま提供)		
加熱するもの (冷蔵する食品を加熱し、熱いまま提供)		
加熱するもの (加熱した後、高温保管)		
加熱後冷却または再加熱するもの (加熱後、冷却し、再加熱して提供)		

衛生管理日誌 (記入例)

20××年 ○月 ○日(○)

1. 配達食品のチェック

作成者: すし山 一郎

品種	外観、におい、包装の状態、表示(期限、保存方法等)など	特記事項	サイン
冷蔵品	○	なし	すし谷
冷凍品	×	包装が破れていたため、返品した	すし谷
常温品	○	なし	すし谷

※外観、におい、包装の状態、表示(期限、保存方法)などをチェックしましょう。問題があった場合は、その内容と措置を記載しましょう。

2. 冷蔵庫・冷凍庫チェック

冷凍・冷蔵庫	営業時間内の温度	特記事項	サイン
冷蔵庫1	8℃	なし	すし谷
冷蔵庫2	12℃	原材料を出し入れしたため、その後10℃以下を確認	すし谷
冷凍庫	-19℃	なし	すし谷

※営業時間内に庫内温度をチェックし、記録しましょう。冷蔵は10℃以下、冷凍は-15℃以下。

3. 料理のチェック

分類	メニュー	チェック方法	チェック結果	サイン
冷蔵・冷凍食品を冷たいまま提供(グループ1)	すしダネ(生)、刺身、キュウリ、生野菜、ワサビ、ツマ	冷たいまま提供、野菜は流水で30秒ほど汚れを落とす	○	すし谷
冷蔵・冷凍食品を加熱し、熱いまま提供(グループ2)	焼き魚、煮物、天ぷら、あら汁、茶碗蒸し	湯気が出ている、焼き魚に竹串を刺し、竹串が熱くなっている	○	すし谷
加熱した後、高温保管(グループ2)	唐揚げ	湯気が出ている	○	すし谷
加熱後、冷却し、冷たいまま提供(グループ3)	玉子焼、カンピョウ、エビ(茹で)、タコ(茹で)、すし飯	保管する場合、速やかに冷却	○	すし谷
加熱後、冷却し、再加熱して提供(グループ3)	煮アナゴ、タレ	保管する場合は速やかに冷却、湯気が出ている	○	すし谷

4. 施設・従事者等のチェック

シンク・器具の消毒	従事者の健康状態	トイレの清掃	調理前・トイレ後の手洗い	サイン
×	○	○	○	すし谷

5. クレーム衛生上気がついたこと

シンクの排水口にゴミがたまっていた。忘れずにチェックを。

確認者	すし山 一郎	確認日	年 月 日
-----	--------	-----	-------

衛生管理日誌

年 月 日 ()

1. 配達食品のチェック

作成者:

品種	外観、におい、包装の状態、 表示(期限、保存方法等)など	特記事項	サイン
冷蔵品			
冷凍品			
常温品			

※外観、におい、包装の状態、表示(期限、保存方法)などをチェックしましょう。問題があった場合は、その内容と措置を記載しましょう。

2. 冷蔵庫・冷凍庫チェック

冷凍・冷蔵庫	営業時間内の温度	特記事項	サイン
冷蔵庫1			
冷蔵庫2			
冷凍庫			

※営業時間内に庫内温度をチェックし、記録しましょう。冷蔵は10℃以下、冷凍は-15℃以下。

3. 料理のチェック

分類	メニュー	チェック方法	チェック結果	サイン
冷蔵・冷凍食品を冷たいまま提供(グループ1)				
冷蔵・冷凍食品を加熱し、熱いまま提供(グループ2)				
加熱した後、高温保管(グループ2)				
加熱後、冷却し、冷たいまま提供(グループ3)				
加熱後、冷却し、再加熱して提供(グループ3)				

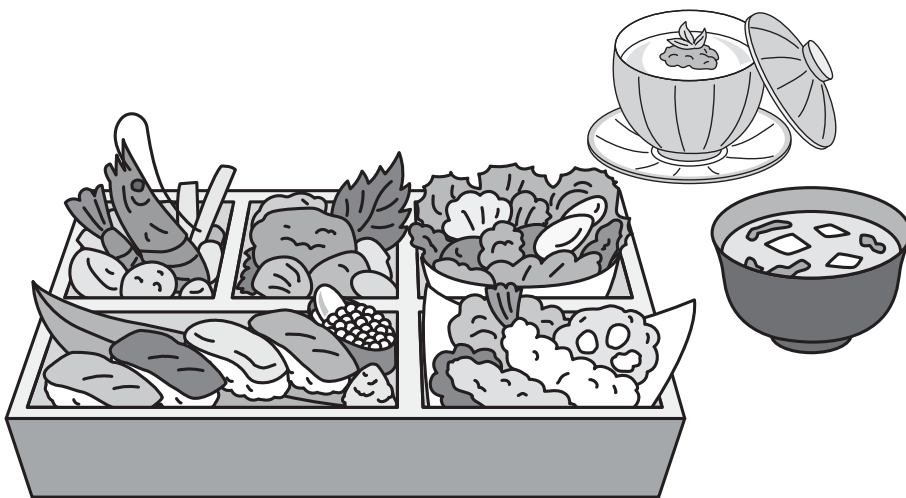
4. 施設・従事者等のチェック

シンク・器具の消毒	従事者の健康状態	トイレの清掃	調理前・トイレ後の手洗い	サイン

5. クレーム衛生上気がついたこと

--

確認者		確認日	年 月 日
-----	--	-----	-------



第3章

すし店の 衛生管理計画 の具体的 策定方法

1

一般的衛生管理の策定

HACCPの考え方に基づく衛生管理について、飲食店の基本的な考え方と手法を述べてきましたが、ここからはすし店の業種性を考えた具体的策定方法を述べていきます。

まず、どの食品に関しても行うべき共通の衛生管理項目である「一般的衛生管理」の策定方法から見ていきましょう。下記の表組を参考に策定してください。策定のポイントは、「なぜ管理が必要なのか」を心得、「どのように」管理し、「問題があった時はどうするか」の対応を考え、記入することです。

一般的衛生管理計画表(記入例)

20××年 ○月 ○日(○)

作成者: すし山 一郎

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 外観、におい、包装の状態、表示(期限、保存方法)を確認する
		問題があったとき 返品し、交換する
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 温度計で庫内温度を確認する(冷蔵:10℃以下、冷凍:-15℃以下)
		問題があったとき 以上の原因を確認、設定温度の再調整/故障の場合は修理を依頼、食材の状態に応じて使用しないか加熱して提供
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 冷蔵庫内の保温の状態を確認する まな板、包丁などの器具は、用途別に使い分け、扱った都度、十分に洗浄し、消毒する
		問題があったとき 原材料による汚染があった場合は加熱して提供、または使用しない 使用時にまな板や包丁に汚れが残っていた場合は洗剤で再度洗浄し、消毒する
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 使用の都度、まな板、包丁、ボウルなどの器具類を洗浄し、またはすすぎを行い、消毒する
		問題があったとき 使用時に汚れや洗剤などが残っていた場合は、洗剤で再度洗浄、またはすすぎを行い、消毒する。
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 トイレの洗浄、消毒を行う 特に便座、水洗レバー、手すり、ドアノブ、等は入念に消毒する
		問題があったとき 業務中にトイレが汚れていた場合は、洗剤で再度洗浄し、消毒する
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 従業員の体調、手の傷の有無、着衣の汚れ等の確認を行う
		問題があったとき 消化器に異常がある場合は、調理作業をさせない 手に傷がある場合は、絆創膏をつけた上で手袋を着用させ、調理作業につかせない 汚れた作業着は着替えさせる
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、生魚など食材を扱った後、金銭を触った後、清掃を行った後 ・その他()
		どのように 衛生的な手洗いを行う
		問題があったとき 作業中に必要なタイミングで手洗いを行っていない場合は、すぐに手洗いを行わせる

一般的衛生管理計画表

年 月 日()

作成者：

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 あった時
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、生魚など食材を扱った後、金銭を触った後、清掃を行った後 ・その他()
		どのように
		問題が あったとき

前述の計画表の策定ができれば、次に下記のような日々の確認・実施表を12カ月分作り、確実に実施するようにします。一日の最後にそれぞれの項目を必ず記入。問題がなかった場合は「良」、問題があった場合は「否」に○印を入れてその内容も書き添え、衛生管理を徹底できるようにチェックします。

一般的衛生管理の実施記録 (記入例)

※表組は1カ月分を作る

20×× 年		4 月										
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 (℃)	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 (担当者)	特記事項	確認者 (氏名)		
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袋破れていたので返品。午後、再納品。			
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に作業に戻ったので、注意し手洗いさせた。			
3 日	☒ 良・ ☒ 否	15、-23 →再10℃	☒ 良・ ☒ 否	☒ 良・ ☒ 否	☒ 良・ ☒ 否	☒ 良・ ☒ 否	☒ 良・ ☒ 否	花子	4/3 11時頃、15℃。20分後OK。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				
5 日	☒ 良・ ☒ 否	8、-16	☒ 良・ ☒ 否	良・ ☒ 否	☒ 良・ ☒ 否	☒ 良・ ☒ 否	☒ 良・ ☒ 否	花子	4/5 調理の時にまな板に汚れが残っていたので再洗浄。A君の洗浄に問題？注意			
6 日	☒ 良・ ☒ 否	9、-21	☒ 良・ ☒ 否	☒ 良・ ☒ 否	☒ 良・ ☒ 否	☒ 良・ ☒ 否	☒ 良・ ☒ 否	花子	4/6 13時過ぎ、C君からトイレが汚れているとの連絡があったので、清掃し洗剤で洗浄し、消毒。ノロウイルス処理キットがないので、念のため購入してください。			
7 日	☒ 良・ ☒ 否	5、-16	☒ 良・ ☒ 否	☒ 良・ ☒ 否	☒ 良・ ☒ 否	☒ 良・ ☒ 否	☒ 良・ ☒ 否	花子	4/7 注文済み 太郎			
										4/7 太郎		

一般的衛生管理の実施記録

※表組は1カ月分を作る

年	月
---	---

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 (℃)	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 (担当者)	特記事項	確認者 (氏名)
日	良・否		良・否	良・否	良・否	良・否	良・否			
日	良・否		良・否	良・否	良・否	良・否	良・否			
日	良・否		良・否	良・否	良・否	良・否	良・否			
日	良・否		良・否	良・否	良・否	良・否	良・否			
日	良・否		良・否	良・否	良・否	良・否	良・否			
日	良・否		良・否	良・否	良・否	良・否	良・否			
日	良・否		良・否	良・否	良・否	良・否	良・否			

2

一般的衛生管理の記入のポイント

一般的衛生管理の各項目に記入する上で、「なぜ必要なのか」、「いつ」「どのように」管理するか、「問題があった時はどうするか」の書き方を述べていきます。

■ 原材料の受入の確認

◎なぜ必要なのか

鮮度が落ちている魚介、傷んだ野菜類、包装紙が破れているもの、消費期限が過ぎているもの、保存法が守られていない原材料…などには、有害な微生物が増殖し、食中毒を発生する危険が高いからです。

◎いつ

例：原材料の納入時

◎どのように

例：魚体などの外観、おろした身の色、におい、包装の状態、表示（期限、保存方法）、品温…などを確認します。

◎問題があった時はどうするか

例：返品する、新しいものと交換します。

※冷蔵、冷凍が必要な原材料は、納品後、できるだけ早く収納すること。

■ 冷蔵・冷凍庫の庫内温度の確認

◎なぜ必要なのか

生ダネが主原材料なので温度管理が悪ければ、有害な微生物が増殖したり、食品の品質が劣化する可能性が高く、食中毒を引き起こす可能性が高まるからです。

◎いつ

例：始業前・始業後。使用中もチェックします。

◎どのように

例：温度計で庫内を確認します。

（冷蔵は10℃以下＜食品衛生自主管理認証基準＞。冷凍は-15℃。有名厨房メーカーではタネケースは7℃）

◎問題があった時はどうするか

例：温度以上の原因を確認し、設定温度の再調整、あるいは故障の場合はメーカーに修理を

依頼します。食材の状態を見て、廃棄、あるいは加熱することも必要です。

■ 交差汚染・二次汚染の防止

◎なぜ必要なのか

保管の際に、生鮮の魚介類から他の食品へ有害な微生物の汚染が広がる可能性があります。また、調理に際して、汚染した包丁などの調理道具から広がる危険が高いのです。

◎いつ

例：作業中

◎どのように

例：生魚介類は保存シートやバッドに並べふきんをかけて冷蔵庫に保管します。また野菜等は別段で保管します。

◎問題があった時はどうするか

汚染した材料は加熱するか、場合によっては廃棄します。調理する場合に、まな板や包丁などに血などの汚れが残っていたら、洗剤で再度洗浄し、消毒します。

■ 器具等の洗浄・消毒・殺菌

◎なぜ必要なのか

包丁、まな板、バット、盆ザル、ボウルなどの調理器具に汚れが残っていると、他の食品に汚れや有害な微生物の汚染が広がる可能性があるからです。

◎いつ

例：使用前、使用后

◎どのように

例：使用の都度、器具類を洗浄し、消毒します。

◎問題があった時はどうするか

使用時に汚れや洗剤が残っていた場合は、洗剤で再度洗浄、または、すすいで消毒します。使用後は天日など乾燥させ、殺菌します。

■トイレの洗浄・消毒

◎なぜ必要なのか

トイレは、さまざまな微生物に汚染される危険が最も高い場所。トイレを利用した人の手を介して、食品を汚染する可能性があります。ノロウイルスや腸管出血性大腸菌などの菌が、従業員だけでなく、お客様からも汚染が広がる危険があるからです。

◎いつ

例：始業前、営業中定期的に行ないます。

◎どのように

例：トイレの洗浄・消毒。特に便座、水洗レバー、手すり、ドアノブなどを入念に消毒します。

◎問題があった時はどうするか

例：業務中にトイレが汚れていたり、具合の悪いお客が入った後に洗剤で再度洗浄し、消毒します。

※トイレの洗浄は、洗浄専用の作業着に着替え、調理時に菌などで汚染しないようにします。

■従業員の健康管理・衛生的作業着の着用など

◎なぜ必要なのか

特に調理師が下痢など体調不良の状態で行なえば、手指などを介して食中毒を発生させる危険があります。体調が悪い人を従事させてはいけません。また、手指に切り傷などがあつたり、汚れたままの調理服で調理すると、有害な微生物がすしや料理に付着する可能性が高くなります。装飾品をつけたまま調理すれば、異物混入の危険性もあります。

◎いつ

例：始業前、作業中

◎どのように

例：従業員の体調、手や指の傷の有無、着衣などの確認を行ないます。

◎問題があった時はどうするか

例：下痢など消化器系症状がある場合は、調理作業はさせないようにします。また、手に傷がある場合はできれば調理作業しないのが望ましいですが、調理をする場合は耐水性絆創膏を付けた上から手袋をして作業します。汚れた調理服は速やかに着替えます。

※使い捨て手袋を着用する場合も、衛生的な手洗いを行なう必要があります。

■ 衛生的な手洗いの実施

◎なぜ必要なのか

すし店の場合は、素手で魚介類を扱い、すしを握るのがすし職人の主な仕事です。それだけに、他業種以上に衛生的な手洗いは重要になります。手には目には見えない有毒な細菌やウイルスが付着していることがあり、食品を汚染する可能性が高くなります。

◎いつ

例：厨房など調理施設に入る前、魚介類などの下処理を行なう前、すしを握る前、トイレの後、金銭を触った後、清掃を行なった後…などに必ず手を洗います。

◎どのように

例：調理中、こまめに衛生的な手洗いを行ないます。

◎問題があった時はどうするか

例：作業中に従業員が必要なタイミングで手洗いをしてないことがわかった場合、すぐに衛生的な手洗いを行なわせます。

ここまで述べてきた一般的衛生管理のチェック項目に加えて、以下のことも重要になるので、付け加えましょう。

■ 施設・設備の衛生管理

不衛生な調理場は、カビの発生やホコリによる食品汚染、ゴキブリなどの害虫の発生、混入を引き起こす可能性があります。営業終了後は、毎日、調理場の清掃をきちんと行なう必要があります。特に生の魚介類を調理するすし店は、汚れとともに悪臭も発生しやすくなります。そこで、調理場の床は洗剤を使ってブラシなどできれいに洗い、水を流して清掃します。もちろん、営業中でも汚れてきたら、すぐに清掃します。

すし店の場合、商売上、重要な設備なのがタネケースです。タネケースも営業終了後にすしダネを仕舞い、庫内を掃除するのはもちろん、下に敷いたスノコやヒノキの葉などもきれいに洗って乾かしておきます。

■ そ族・害虫対策

そ族（ネズミ）やゴキブリなどの害虫などが調理場へ侵入したり、発生すると、二次汚染や異物混入を起こす可能性があります。そればかりか、客席に出てくればお客様を失うことになりかねません。

管理衛生上、年に1回か2回は駆除業者に依頼して徹底的な対策をとるようにします。もしそ族や害虫を見つけたら、壁や床のすき間をパテで塞いだり、排水口を金網で塞ぐなど侵入経路を塞ぐ対策が必要です。

■ 廃棄物の取扱い

おろした魚介類の内臓や野菜の皮などの生ゴミを不衛生に処理をしていると、害虫が発生するなど食品への汚染が懸念される。廃棄物は蓋付きのゴミ箱を使用し、施設環境に悪影響を及ぼさないように注意。ゴミが散乱している場合は、周囲を清掃し、廃棄物を適切に指定の場所で保管する。空けた後のゴミ箱の掃除も、洗って乾燥させるなど中まできれいに行ないます。

3 重要管理の策定

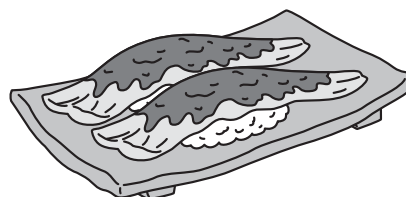
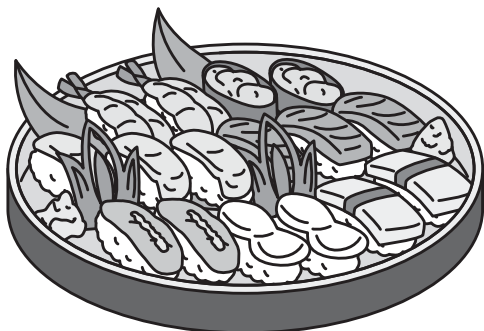
一般的衛生管理に加え、次に重要管理の策定を行ないます。

重要管理の策定は、メニュー分類から始まります。メニュー分類は、調理の際に、加熱、冷却、保存などの種類から以下の3つに分類します。

- ・第1グループ:非加熱のもの ①(魚介類を生のまま提供する) ②(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、高温保管も含む)
- ・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)

これに基づき、調理中の危険温度帯10℃～60℃に着目してチェックしていきます。

メニューの分類	該当するメニュー (例)
第1グループ: 非加熱のもの① (魚介類を生のまま提供する) 非加熱のもの② (冷蔵食品を冷たいまま提供)	すしダネ(生)、刺身、刺身料理 カップ巻用キュウリ、サラダ用野菜、 ガリ、ワサビ、ツマ類
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)	焼き魚、煮物、天ぷら、 味噌汁、茶わん蒸し
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	タレ、煮アナゴ、玉子焼、カンピョウ、 エビ(茹で)、タコ(茹で)、すし飯



55ページのすし、すし料理を例に3グループに分類して、重要管理の表組を作ります。

重要管理表 (記入例)

20××年 ○月 ○日(○)

作成者: すし山 一郎

⑤重要管理のポイント		
分類	メニュー	チェック方法
第1グループ： 非加熱のもの① (生のまま提供する)	すしダネ(生)、 刺身、 刺身料理	すしダネの魚介類は仕入れたら冷蔵庫や冷凍庫にすぐに仕舞う 魚介の鮮度をチェックする すしダネを切りつけたらタネケースにすぐに入れる 温度管理をこまめにチェックする
非加熱のもの② (冷蔵品を冷たいまま提供)	キュウリ、生野菜、 ワサビ、ガリ、 ツマ	冷蔵庫より取り出したらずぐに提供する 野菜は流水で洗ってから使用する
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)	焼き魚、 煮物、 天ぷら、 茶わん蒸し	火の強さや時間、焼き加減、見た目で判断する 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 油の温度、揚げる時間、油に入れる材料の数量、見た目で判断する
(加熱した後、 高温保管)	唐揚げ、 味噌汁	触感、見た目で判断する
第3グループ： 加熱後冷却し、 再加熱するもの	アナゴ	速やかに冷却、再加熱時には触感、見た目で判断する
(加熱後、冷却 するもの)	玉子焼、 カンピョウ、 エビ(茹で)、 タコ(茹で)、 すし飯	速やかに冷却、冷蔵庫より取り出したらずぐに提供する

重要管理表

年 月 日()

作成者: _____

⑤重要管理のポイント		
分類	メニュー	チェック方法
第1グループ: 非加熱のもの① (生のまま提供する)		
非加熱のもの② (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)		
第3グループ: 加熱後冷却し、再加熱するもの		
(加熱後、冷却するもの)		

前述の重要管理表の策定ができれば、次に下記のような日々の確認・実施表を12カ月分作り、確実に実施するようにします。一日の最後にそれぞれの項目を必ず記入。問題がなかった場合は「良」、問題があった場合は「否」に○印を入れてその内容も書き添えます。

重要管理の実施記録 (記入例)

※表組は1カ月分を作る

20×× 年		4 月							
分類	第1グループ: 非加熱のもの① (冷蔵品を冷たいまま提供)	第2グループ: 非加熱のもの② (冷蔵品を冷たいまま提供)	第3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)	第4グループ: 加熱後冷却し、再加熱するもの	(加熱後、冷却するもの)	日々チェック (担当者)	特記事項	確認者 (氏名)
メニュー	すしダネ(生)、刺身、刺身料理	キュウリ、生野菜、ワサビ、ガリ、ツマ	焼き魚、煮物、天ぷら、味噌汁、茶わん蒸し	唐揚げ	タレ、アナゴ	玉子焼、カンピョウ、エビ(茹で)、タコ(茹で)、すし飯			
1 日	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	花子	4 / 1 焼き魚の内部が生っぽ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君に竹串を刺して竹串が熱くなっているかチェックするように、加熱の徹底と確認を再教育した。 4 / 5 かつべんしていたので、いつ仕入れ、どう管理していたのかを調査。 ↓ 出さないように指示	4/7 太郎
2 日	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	花子		
3 日	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	花子		
4 日	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	花子		
5 日	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	花子		
6 日	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	花子		
7 日	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	花子		

重要管理の実施記録

※表組は1カ月分を作る

年	月
---	---

分類	第1グループ: 非加熱のもの① (冷蔵品を冷たいまま提供)	非加熱のもの② (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)	第3グループ: 加熱後冷却し、再加熱するもの	(加熱後、冷却するもの)	日々 チェック (担当者)	特記事項	確認者 (氏名)
	メニュー								
日	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否			
日	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否			
日	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否			
日	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否			
日	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否			
日	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否			
日	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否	良・否			

4

重要管理表の記入のポイント

メニュー調理のグループ分けに従い、それぞれのチェック方法を決めていきましょう。

■ 第1グループのチェックポイント

すしや刺身などの生ダネが中心のすし店のメニューは、この第1グループの料理が圧倒的に多い。

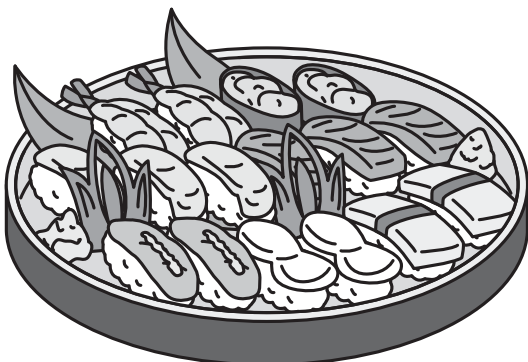
具体的なチェック方法は、お客からの注文が入って、すしダネを切りつけて握ったり、刺身の切りつけが終えたら、サクはすぐにタネケースの庫内に戻し、冷却。菌などを繁殖させないようにすることです。

最近「海鮮サラダ」などサラダ類をメニューに加えるすし店も多い。そこで、野菜は十分に洗浄してから盛りつけて提供します。すぐに提供しない場合は、冷蔵庫で材料を保管し、提供する直前で盛りつけるようにします。

第1グループの料理は、加熱工程がないため、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うことが最重要。そして、有害な微生物が増殖しないように冷蔵庫で保管することが大切になります。その際、低温に温度管理できているかチェックしましょう。

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① (魚介類を生のまま提供)	すしダネ (生)、 刺身、刺身料理	・すしダネの魚介類は仕入れたら冷蔵庫や冷凍庫にすぐに仕舞う ・魚介の鮮度をチェックする ・すしダネを切りつけたらタネケースにすぐに入れる ・温度管理をこまめにチェックする
第1グループ： 非加熱のもの② (冷蔵食品を冷たいまま提供)	キュウリ、生野菜、 ワサビ、ガリ、ツマ	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



■ 第2グループのチェックポイント

すし店の料理の中には、加熱して熱い状態で提供するものもある。焼き魚、煮物、てんぷら、茶わん蒸し、みそ汁…などが代表的なものです。

具体的なチェックポイントは、食材が十分に加熱された時の火の強さ、時間、見た目、中心部の色などをチェックし、見た目などによって加熱が十分行なわれているか確認することです。

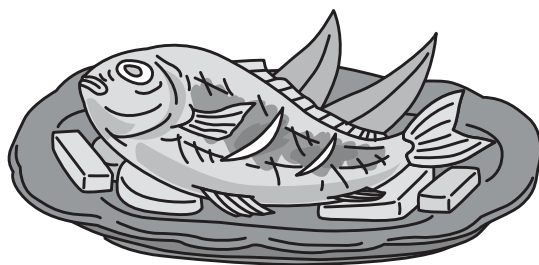
できれば食材の中心温度の確認も実施し、有害な微生物が殺菌できているか確認するとよいでしょう。

例えば、焼き魚なら中心部の身が白くなっているか、または竹串を刺して串が温かくなっているかを確認し、中心部まで火を通すことが重要なのです。

1日の最後に、結果を記録し、問題があった場合はその内容を記録用紙に書き留めておきましょう。

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、高温保温を含む)	焼き魚、煮物、 天ぷら、 味噌汁、茶わん蒸し	火の強さや時間、見た目、 焼き上がりの触感 (弾力)、 中心温度 等



■ 第3グループのチェックポイント

加熱調理後に冷却する料理で、すしダネとしては煮アナゴ、茹でたエビ、茹でたタコ、玉子焼の他、カンピョウやいなりずし用の油揚げがあります。

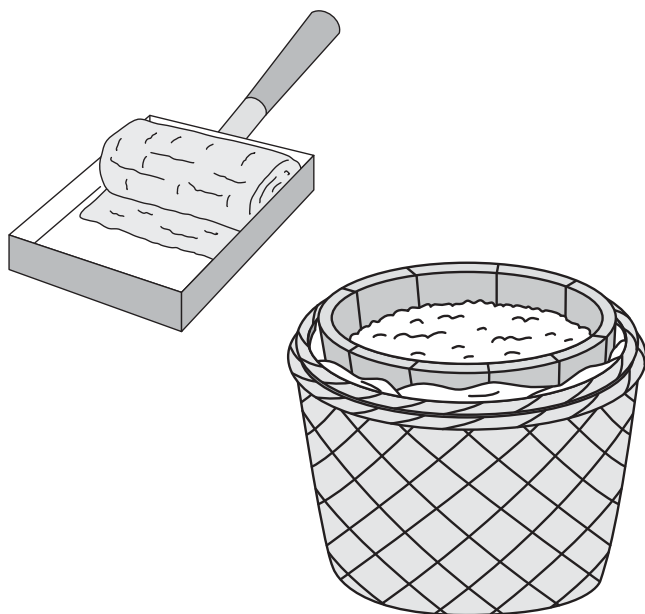
まず加熱調理は第2グループ同様、食材が十分に加熱された時の火の強さ、時間、見た目、中心部の色などをチェックし、見た目などによって加熱が十分行われているか確認することです。できれば食材の中心温度の確認も実施し、有害な微生物が殺菌できているか確認するとよいでしょう。

加熱後は、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なのです。そのため、粗熱がとれたら、冷蔵庫やタネケースに入れて保管するようにします。

加熱後に冷却が緩慢になると、ウェルシュ菌が増殖しやすくなるので注意してください。

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	タレ、アナゴ、玉子焼、カンピョウ、エビ（茹で）、タコ（茹で）、すし飯	加熱後速やかに冷却、再加熱時の気泡、見た目、温度等



5 調理の衛生管理に必要なその他のポイント

これまで見てきた調理のポイントに加えて、他にも、以下のような衛生管理上重要なことがあります。

■ 飲食店が守るべき調理基準

飲食店でも食品衛生法に基づき、調理基準が定められています。すし店でも、それらを守っていく必要があります。

【1】

鶏の卵を使用して調理する場合、70℃で1分間以上加熱する必要があります。ただし、賞味期限が経過していない生食用の正常卵（ヒビ等による液漏れがない場合）を使用して、速やかに調理する場合などは除きます。

【2】

魚介類を生食用に調理する場合は、真水（水道水など飲用に適する水）で十分に洗浄し、食材を汚染するおそれのあるものは除きます。

【3】

調理後の料理を適切な温度管理の下で保管し、2時間以上放置しないようにします。

■ 調理する上で考慮すべき事項

【1】異物

金属などの硬質異物は健康被害を及ぼすこととなります。また、その他の異物も含めて、クレームの原因になります。

原料に含まれる異物のチェック・確認も含めて、調理作業中に起こるいろいろな異物混入を防ぐようにしましょう。

【2】アレルギー

現在、食物アレルギー問題が大きくなっています。アナフィラキシーショックを起こし、重篤な症状に陥ることまであります。

そこで、消費庁では、特定原材料（卵、乳、小麦、そば、落花生、エビ、カニ）などをメニュー表に記載するなど、アレルギー情報を提供することを推奨しています。

また、お客から質問された時は、正しく答えられるよう、提供しているメニューの原材料などの情報を所有しておく必要もあります。

【3】アニサキス

アニサキスの幼虫がサバ、イワシ、カツオ、サケ、イカ、サンマ、アジなどの魚介類に寄生していることがあります。これら寄生している魚介類を生で食べると、激しい腹部の痛みをともなう食中毒が発生することがあります。提供する際には、次のこと注意する必要があります。

- ・新鮮な魚を選び、速やかに内臓を取り除く。
- ・目視で確認し、薄くそぎ切りしてアニサキスの幼虫を除去する。
- ・魚の内臓を生で提供しない。
- ・冷凍（-20℃・24時間以上）または加熱（60℃・1分間、70℃以上で瞬時）する。

【4】ヒスタミン

嘔吐や下痢などアレルギー様の食中毒を起こすものにヒスタミンがあります。ヒスタミン中毒の要素を多く含むのがマグロ、カツオ、サバ、イワシ、サンマ、ブリ、アジといった魚です。ヒスタミンを大量に蓄積された魚は加熱しても、ヒスタミンは破壊されません。ヒスタミンは細菌の増殖に伴って生成されるので、ヒスタミン食中毒を防ぐには、仕入れる魚は十分氷が敷き詰められ10℃以下で保管されているか、水氷中で保管されているかチェックします。冷凍魚は5℃未満に温度管理したチルド室で解凍されたものを仕入れましょう。魚を仕入れたらエラや内臓をできるだけ早く取り除き、常温で放置せず、すぐに冷蔵庫で低温管理することが重要です。

【5】クドア・セプテンポンクタータ

「クドア」の略称で呼ばれることもある。ヒラメに寄生する寄生虫で、クドアが寄生しているヒラメを生食することで腸粘膜を一過性に傷つけて下痢や嘔吐等の症状を起こすことが分かっています。以下の対応でヒラメを処理することでクドアによる食中毒を防げます。

- ・ -15℃から-20℃で4時間以上の冷凍
- ・ 中心温度75℃で5分間以上の加熱

【6】貝毒

主に二枚貝（ホタテガイ、カキ及びアサリなど）が、ヒトに有害な毒素を体内に持つことがあります。麻痺性貝毒と下痢性貝毒がとくに知られ、これら貝毒の成分は熱に強く、加熱しても毒性は弱くならないのが特徴です。貝類の生産海域の都道府県や生産者等は、定期的に貝毒の検査を実施し、食品衛生法の規制値を超える貝毒が検出された場合は、自主的に出荷を規制しているので、産地が明確な貝類を使うことにしましょう。

【7】シガテラ毒

シガテラ毒はイシガキダイやヒラマサによく含まれていることがあります。症状として、下痢やおう吐、感覚異常の神経症（ドライアイスに触れたときのように、温かいものに触れると冷たく感じる。“ドライアイス・センセーション”と呼ばれる）などの症状が出ます。

過去にシガテラ毒の事例のあった地域では情報に注意してください。

6 テイクアウト・デリバリーの衛生管理

テイクアウト（お持ち帰り）とデリバリー（出前）はすし店の営業の中で、売上げを上げる重要なサービスです。店でお客様にすしや料理を提供するのとは違い、ある程度時間が経過してお客様が食べることになり、適切な衛生管理が必要になります。

■ テイクアウト（お持ち帰り）の衛生管理

- ・ まず、調理に際し、衛生管理を行なうことが最も大切です。テイクアウト商品は、すしや刺身など生ダネは調理後は可能な限り速やかに提供することとし、冷蔵保存の状態を出てから消費されるまで最大でも2時間以内とすること、また、テイクアウト専門店では冷蔵ショーケースに入れて置くなど低温管理をします。
- ・ また、テイクアウトのすしや料理には保冷剤をつけましょう。できれば、手持ち袋は保冷バックを用意し、お持ち帰りの個数や分量に合わせて保冷剤の個数を増やします。
- ・ お客様に商品を渡す時に「お早くお召し上がり下さい」と一言添え、メモも入れて、遅くとも2時間以内に食べてもらうよう注意喚起します。

■ デリバリー（出前）の衛生管理

- ・ デリバリーに際しても、低温管理して届けることが大切です。そのために、できれば保冷車を用意するとよいでしょう。調理後は可能な限り速やかに提供することとし、保冷車を使っても、冷蔵保存の状態を出てから消費されるまで最大でも2時間以内とすることにします。
- ・ 保冷車を保有できない店や、デリバリーする距離の近い少量注文に対しては、サイズに合った保冷バックを用意して運ぶようにします。
- ・ デリバリーの配達員は、商品を受け取る前に手洗いやアルコール消毒を行ない、マスクを着用します。
- ・ 食中毒防止の観点から、配達したすしや料理をお渡しする際に「お早めにお召し上がりください」と口頭でお客様に伝えるか、注意書きを添えてお客様に注意を促します。
- ・ 配達するすしや料理は、配達員が器を直に触れないよう袋等に入れ、配達に使用する保冷バックや運搬ボックス等は使用の都度、アルコール等で消毒します。

第4章

すし店従業者のための

ハ サ ツ プ

HACCP 実行

チェックリスト

毎日の忙しい仕事の中でも、HACCPを確実に実行するために仕事の一つ一つをチェックできるようにチェックリストを作りました。活用できる方は、このチェックリストをコピーしていかしてください。

1

仕入れチェックリスト

年 月 日() 確認者:

- ☐ 1.仕入れの食材は正しいかチェックする
 - ①品 名
 - ②内 容
 - ③生産者
 - ④製造年月日
 - ⑤消費期限
- ☐ 2.搬入専用口から納品してもらう
- ☐ 3.所定の場所で納品チェックを行なう
- ☐ 4.まな板など、調理する場所に段ボール箱(底に雑菌付着の危険がある)などの納品物を置かない
- ☐ 5.仕入れの品質チェックの結果を毎日記録する
- ☐ 6.荷姿は破れて、中身が露出していないかチェックする
- ☐ 7.仕入れ品は専用容器に入れ換えて、保管する
- ☐ 8.仕入れ品は、床に放置したままにしない
- ☐ 9.すしダネにする魚介類は冷蔵庫・冷凍庫にすぐに入れる
- ☐ 10.先入れ、先出しをする
- ☐ 11.消費期限が切れている食材は廃棄するか、使わない
- ☐ 12.魚の下処理を、厨房の床で行なわない
- ☐ 13.魚介類をはじめ、食材の鮮度をチェックする
- ☐ 14.仕入れた魚は、魚体の感覚、臭いなどをチェックする
- ☐ 15.仕入れた食材を、冷蔵庫・冷凍庫つめ込み過ぎないようにする
- ☐ 16.仕入れ品はきちんと整理して保管する
- ☐ 17.納品時には、調理担当者も立ち会う

2

冷蔵庫・冷凍庫・タネケース管理チェックリスト

年 月 日() 確認者:

- ☐ 1.冷蔵庫・冷凍庫はきちんと作動しているかチェックする
- ☐ 2.冷蔵庫は10℃以下に設定する
- ☐ 3.冷凍庫は-15℃以下に設定する
- ☐ 4.温度管理は営業中もこまめにチェックする
- ☐ 5.庫内は清潔さを保つために掃除する
- ☐ 6.温度が上昇しないよう冷蔵庫の開閉を素早く行なう
- ☐ 7.仕入れた魚は、耐湿紙シートなどに包んで冷蔵保管する
- ☐ 8.冷凍庫を過信してはならない。冷凍焼けなどをチェックする
- ☐ 9.魚などの食材を重ねてつめ込んでいないか
- ☐ 10.タネケースの温度管理を小まめに行なう
- ☐ 11.タネケースの結露は小まめに拭く
- ☐ 12.すしダネを切りつけ終わったら、タネケースにすぐに仕舞う
- ☐ 13.営業後は、タネを片付け、タネケースの庫内を水洗いし、
熱湯消毒する
- ☐ 14.タネケースのスノコ、ひのきの葉などの敷物をきれいに洗う
- ☐ 15.片付けたすしダネは、バットなどの容器に移し、冷蔵庫に仕舞う
- ☐ 16.冷蔵庫・冷凍庫に保管した材料は、出し入れの日付を記録する
- ☐ 17.冷蔵設備が故障したら、すぐに上司に報告し、修理を依頼する

3 調理衛生チェックリスト

年 月 日() 確認者:

- ☐ 1.店外や客席から調理場に入る際は、洗剤やアルコールで手洗いを行なう
- ☐ 2.トイレの後は、必ず手洗いをしてから、作業にかかる
- ☐ 3.包丁は、魚介類用、肉類用、野菜用をそれぞれ専用に用意し、使い分ける
- ☐ 4.営業中でも、包丁が汚れたら洗浄してから使う
- ☐ 5.まな板も、魚介類用、肉類用、野菜用をそれぞれ専用に用意して使い分ける
- ☐ 6.まな板は、作業の都度きれいに拭いてから使う
- ☐ 7.フキンは作業ごとにそれぞれ用意する(例: すしなどの調理用フキン、食器洗い用フキン、テーブル掃除用フキンなど)
- ☐ 8.調理作業中でも、フキンはこまめに洗って使う
- ☐ 9.調理中も、こまめに手洗いを行なう
- ☐ 10.手酢をつけてから握る
- ☐ 11.味見に使ったお玉やスプーンは洗浄してから、再び調理に使う
- ☐ 12.魚は真水で洗ってから下処理する
- ☐ 13.営業後は、包丁、まな板を必ずきれいに洗浄し、乾かす
- ☐ 14.まな板は中性洗剤で洗い、80℃以上の熱湯で殺菌する
- ☐ 15.包丁は刃とともに柄元まで洗う
- ☐ 16.ザルなどの木製品は洗ってから、乾燥させ、カビが生えないようにする
- ☐ 17.料理のお盆も洗浄し、80℃以上の熱湯で1分以上加熱し、消毒する
- ☐ 18.金属製タワシ、繊維製タワシは異物混入の原因になるので、使わない
- ☐ 19.営業が終えたら、すしダネなどの材料は包装紙に包んだり、容器に入れてすぐに冷蔵庫に入れる
- ☐ 20.注文時に、お客様に食物アレルギーの有無をたずねる

4

調理場・店舗施設衛生管理チェックリスト

年 月 日 () 確認者:

- ☐ 1.調理場内は常に整理・整頓をする
- ☐ 2.調理場の床は、営業終了後、水を流してブラシなどで徹底的に洗浄する
- ☐ 3.害虫が発生しやすい冷蔵庫や什器の裏側や下までこまめに清掃する
- ☐ 4.生ゴミ箱はフタをする
- ☐ 5.生ゴミは調理場内に置きっぱなしにしない
- ☐ 6.仕入れ時の段ボール箱は雑菌が付着している危険があるので、調理場の床に放置せず、片付ける。
- ☐ 7排水溝、グリストラップ (油脂分離阻集器)、配水管を清掃する
- ☐ 8.カウンターを清潔なフキンで清掃する
- ☐ 9.調理場は、営業中も汚れたらすぐに清掃する
- ☐ 10.定期的に清掃業者に頼んで、徹底的に洗浄する
- ☐ 11.害虫やネズミの侵入を防ぐために、施設の出入り口や窓は極力閉めておく
- ☐ 12.調理場・店舗施設の清掃マニュアルで作業をチェックする

5 トイレの清掃チェックリスト

年 月 日() 確認者:

- ☐ 1.トイレの清掃・洗浄は、始業前、営業中、終業後必ず行なう
- ☐ 2.営業内にも、時間を決めて定期的にトイレの清掃を行なう
- ☐ 3.トイレ用洗剤、ブラシ、スポンジを用意する
- ☐ 4.トイレの清掃は、ユニフォームのまま行わない。着替えて清掃する
- ☐ 5.トイレの洗浄・消毒は下記の箇所を行なう
 - ☐ ①便器
 - ☐ ②便座
 - ☐ ③水洗レバー
 - ☐ ④手すり
 - ☐ ⑤ドアノブ
 - ☐ ⑥床
 - ☐ ⑦壁
 - ☐ ⑧洗面台
 - ☐ ⑨ゴミ箱
- ☐ 6.消毒用の薬剤を用意する
- ☐ 7.お客様の嘔吐などの処理は、処理用のゴム手袋を用意して洗浄・消毒する
- ☐ 8.トイレ清掃終了後は、入念に手洗いを行なう
- ☐ 9.トイレ清掃のチェックリストを用意し、実行したかどうかを記入する

6

身だしなみ管理チェックリスト

年 月 日() 確認者:

- ☐ 1.ユニフォーム、白衣、帽子、前掛け、下着は汚れてないかチェックする
- ☐ 2.ユニフォームなどが汚れていたら、新しいものに取り換える
- ☐ 3.髪の毛が落ちないように、帽子や鉢巻きを着用する。長い髪は結ぶ
- ☐ 4.履物は汚れていないかチェックする
- ☐ 5.爪は短く、きれいに切り揃える
- ☐ 6.爪の汚れがないかチェックする
- ☐ 7.汚染源や異物混入の原因になりかねない指輪、ネックレス、ピアス、腕時計…など、装飾品ははずして作業する
- ☐ 8.調理場の履物と外の履物を変える
- ☐ 9.トイレを利用する時は、作業着を脱いでからトイレに行く
- ☐ 10.雑菌付着の危険があるので、私物は調理場に持ち込まない
- ☐ 11.営業中は、手で、鼻や口などの顔、頭(髪)を触らない。
触った場合は手洗いする
- ☐ 12.お勘定などの作業でお金やレジを触ったら、手洗いをしてから
調理場に入る
- ☐ 13.手洗いをこまめに行ない、常に清潔にする

7

従業員の健康管理チェックリスト

年 月 日() 確認者:

- ☐ 1.業務開始前に、手や腕に切りキズやケガがないかチェックする
- ☐ 2.火傷や切りキズがある時は、調理の仕事をしない
- ☐ 3.絆創膏や包帯で緊急処置をしても、調理作業はしない
- ☐ 4.火傷やキズがある場合は、手袋を着用してもできるかぎり調理作業をしない
- ☐ 5.手袋を過信しない。手袋にも雑菌はつくため
- ☐ 6.下痢、腹痛、発熱等の症状があったら、現場責任者に報告する。
できるだけ休む。
- ☐ 7.同居する家族に下痢、腹痛、発熱などの症状が出た場合も、現場責任者に報告し、できるだけ店を休む
- ☐ 8.気分が悪い時は、上司に報告する
- ☐ 9.年1回は健康診断を実行する
- ☐ 10.年1回、検便を実行。陽性の場合、作業をしない
- ☐ 11.日常の健康状態をチェックし、記録する

8

営業終了チェックリスト

年 月 日() 確認者:

- ☐ 1.調理場の清掃は終了したか
- ☐ 2.生ゴミ箱を放置したままになっていないか
- ☐ 3.冷蔵庫・冷凍庫は正常に働き、温度は管理されているか
- ☐ 4.タネケースの清掃、洗浄は済んでいるか
- ☐ 5.洗い物は放置されていないか
- ☐ 6.包丁、まな板、フキンを洗浄し終え、乾燥させているか
- ☐ 7.店舗の後片付けは終了しているか
- ☐ 8.トイレの洗浄は終わっているか
- ☐ 9.清掃道具は片付けられているか
- ☐ 10.害虫やネズミが侵入しないよう、出入り口は閉められているか
- ☐ 11.白衣、ユニフォームはきちんと片付けられているか
- ☐ 12.衛生管理チェックリストへの記入を終えているか

衛生管理を徹底する

すし店の

ハ サ ッ プ

HACCP制度

導入の手引き

全国すし商生活衛生同業組合連合会

■協力

- 全米レストラン協会 (NRA) 食品衛生管理資格認定
- 国際HACCP同盟 (HA) 認定リードインストラクター
- フードプラス代表

大坪晏子

発行 2021年6月1日

■制作 旭屋出版すしの雑誌編集部

■デザイン 株式会社 スタジオゲット

■イラスト 株式会社 スタジオゲット

※参考資料

- ・「HACCP (ハサップ) の考え方を取り入れた食品衛生管理の手引き
【飲食店編】」 (厚生労働省・発行)
- ・「食品等事業者団体による衛生管理計画手引書策定のためのガイド
ンス (3 版) (厚生労働省医薬・生活衛生局 食品監視安全課)
- ・「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・発行)
- ・「食の提供の職務・役割を果たす 衛生管理マニュアル」
(全国飲食業生活衛生同業組合連合会・発行)
- ・「飲食店のHACCPがよくわかる本」
大坪晏子・村岡滋・高橋信・今泉真昭・著 (旭屋出版・発行)