

料理教室開催時の安全・衛生上の注意点

料理教室を開催する時に気をつけていただきたい安全面、衛生面のポイントをまとめています。
楽しい料理教室で終わられるためにも、安全・衛生管理はしっかりと行いましょう。

調理前

■ みんなで確認



チェック

- 1 健康状態の確認
→ 下痢や発熱をされている方は
残念ですがご参加不可となります
- 2 身だしなみ：
三角巾&エプロンの着用、爪や傷のチェック
→ 手に傷があったり絆創膏をしている方、
ネイルをされている方はゴム手袋着用
→ 時計やアクセサリー（指輪・ブレスレットなど）は外す
- 3 手洗い・消毒をする
- 4 アレルギーの確認
→ アレルギーがある場合は使用する食材を確認する

■ 開催者で確認

チェック

- 1 下準備や調理、喫食スペースは整理整頓、
清掃をしアルコール消毒して清潔にする
使用する調理器具、食器は洗う、もしくは
煮沸消毒やアルコール消毒を行う
- 2 使用する食材や調味料など、冷蔵保管が
必要なものは購入後、なるべく早く
冷蔵庫に入れ、直前まで温度管理をする
- 3 野菜を洗う際、根やヘタ部分に汚れや
細菌が付着している場合があるので、
取り除いてから洗う
- 4 台ふきやタオルは清潔なものを使用する
- 5 下準備後、班ごとに分けた
食材・合わせ調味料などにはラップをする

冷蔵庫の取っ手や、
お手洗いのドアノブ、レバー、
手洗い場の蛇口なども
除菌しよう！

肉や魚などの生ものは、
他の食材に触れないよう
分けて保管しよう



もっと詳しく
知りたい方はコチラ

子ども食堂 あんしん手帖 協力：一般社団法人全国食支援活動協力会
http://www.mow.jp/pdf/0718_kodomoshokudo_annshinn.pdf



調理中

チェック

- 1 お手洗いに行く際には、エプロンや三角巾は外し、
調理に戻る時には再び手洗い、消毒をする
- 2 包丁の取り扱い
→ 刃先を相手に向けない、使用後は必ずテーブル中央に戻す
- 3 落ちたもの（食材・器具）は使わない（3秒ルール不可）
- 4 肉、魚、卵などの生ものを扱う場合
→ ゴム手袋を着用
→ 調理中は食器及び食材に触れない
- 5 生ものが入っていた容器を再び使用する
場合は、必ずよく洗ってから使用すること
加熱前に生ものを触った菜箸と、
盛りつけ時の菜箸は分ける
- 6 生ものは熱をしっかりと通す
- 7 火傷などをしないよう、火の取り扱いには注意をし、
加熱後の鍋など調理器具の置き場にも配慮する
- 8 できあがった料理はなるべく早く食べ、常温で放置しないこと（特に夏季）
サラダなどの加熱しない料理は、食べる時まで冷蔵庫で保管する
- 9 加熱しない料理や、加熱後の料理は手で触らない

切った食材を
ボウル等に移す際は
包丁を置いて
手で移そうよ

生ものに触れた手袋をつけたまま、
調味料や他の食材に触れないよう、
使用済みの手袋はすぐ捨てること

生ものとは
盛りつけの菜箸は
使い分けよう



調理後

チェック

- 1 まな板、スポンジ、布巾は
漂白（次亜塩素酸消毒）を行う
→ 布巾類は風通しの良い場所で干す
- 2 使用した調理器具、食器類は水気を
よく拭き取る
→ 木製品は乾燥させたのち片付ける
- 3 切れ味の悪い包丁は研いでおく

