



キレイなまな板を保つには？

温度と湿度が高くなり、食中毒などが気になる梅雨がやってきました。そんなとき、気を付けたいのは日々調理に使うまな板の状態。**清潔に保つ**方法を知って、これからのシーズンを乗り切りましょう！

〈実態調査〉

本誌4月号で、まな板のお手入れ(方法と回数)についてのアンケートを実施しました。142人の組合員より回答をいただきました。

〈アンケート結果(単位:人)〉

	台所用漂白剤	除菌ができる 食器用洗剤	アルコール スプレー	熱湯	その他の 方法
使うたび 毎日	0	23	1	5	6
毎日	2	15	4	8	4
週1~3回	19	7	7	9	1
月1~2回	18	1	1	3	1
ほとんど しない その他	3	0	1	1	2

最も多かったのは「除菌ができる食器用洗剤」を使い、「使うたび毎日」という回答でした。

〈結果を受けて〉りんご館より

まな板を清潔に保つためには「使用するたびに除菌する」のが理想ですが、「実践するのは難しい」という方も多いのではないのでしょうか。組合員のお手入れ方法として最も多かったのは「除菌ができる食器用洗剤」という結果でしたが、他にも除菌方法は存在します。さまざまな除菌方法を知って、各家庭に合う方法を選びましょう。

実験1

洗剤の洗浄効果

〈実験方法〉

鯛の切身、鶏肉、豚肉を各100g用意。それぞれ別のまな板でカットし、食器用洗剤で洗浄(15秒)後、すすぎ(15秒)、スタンドで水切り(10分)して、菌数(まな板10cm²あたり)を確認しました。
*包丁とまな板は使用前に除菌して清潔な状態で使用しました。



	カット後 (菌数)	洗浄後 (菌数)	残った 菌の 割合
鯛の 切身	41	0	0%
鶏肉	100	0	0%
豚肉	100	38	38%

まとめ

洗剤を使った洗浄では、表面の菌を洗い流すことはできましたが、食材の性質によっては洗浄しても菌が残ってしまうことがわかりました。洗浄だけのお手入れでは不十分な場合もあると言えます。

実験2

汚れたまな板の除菌

〈実験方法〉

豚肉をカットしたまな板を用意し、5つの条件で除菌し、菌数(まな板10cm²あたり)を確認しました。

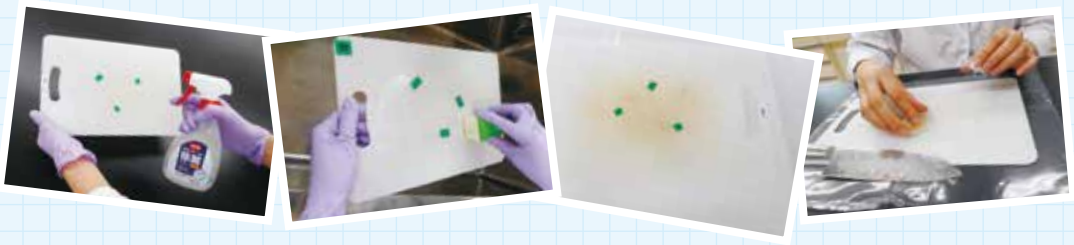
〈実験の条件・結果〉

条件	洗浄方法	除菌方法	洗浄前 (菌数)	洗浄 除菌後 (菌数)	残った 菌の 割合
①	汚れたまな板を食器用洗剤で洗浄し、すすぐ	塩素系漂白剤溶液につけ込む(30分)	200	18	9%
②		塩素系漂白剤の溶液に漬けた布巾で覆う(30分)		36	18%
③		アルコールスプレーを噴霧(3ブッシュ)		73	36%
④		沸騰したお湯(1ℓ)を掛ける		0	0%
⑤	なし	沸騰したお湯(1ℓ)を掛ける	100	50%	

効果的に除菌できるのは、洗浄後に「④沸騰したお湯を掛ける」「①塩素系漂白剤につけ込む」方法でした。

*塩素系漂白剤は使用方法に従って調製しています。

実験の様子



まとめ

除菌効果が高かった①と④では、まな板の菌数が10分の1以下に。②も減少していますが、まな板の場所によって除菌の効果にむらが見られました。塩素系漂白剤を使用する場合には、つけ置きする方法がよさそうです。また、⑤の沸騰したお湯を掛けるだけでは菌数を十分に減らすことができませんでした。効果的に除菌するためには事前に洗浄しておくことが重要です。

最後に③のアルコールスプレーは、④や①と比較すると弱く、スプレーむらが生じて、効果にばらつきが見られました。しかし、短時間で手軽に除菌したい場合には便利な方法。使用前に噴霧するなどの使い方がおすすめです。

*熱湯での除菌は耐熱性を持つ菌には効果がありません。

*熱湯や塩素系漂白剤を使用する場合には、気を付けて使用してください。



いつまでも
キレイで
いたいの

まな板 Q&A

微生物検査担当
平野 佳奈



洗浄・除菌後に、まな板をキレイに保つ方法は？

Q

A

湿った状態にしておくと、残った菌が増殖してしまつので、できるだけ乾燥しやすい場所に保管しましょう。また、除菌後に汚れた手で触ってしまうと、汚染が広がってしまう可能性も。洗浄・除菌後のまな板は清潔な手で取り扱います。

私が
お答えします！