

惣菜製造でよく使う用語集

※当用語集には、惣菜の製造現場で使用される専門的に使用される用語を掲載しています。

※赤字部分を修正しました。

《あ行》

【あえる】（和える・合える）Aeru

いくつもの材料を一つに混ぜること。食材同士を混ぜる、ミックスすること。

洗浄、殺菌したカット野菜同士を混ぜる野菜サラダや、蒸して潰したジャガイモとドレッシングを混ぜるポテトサラダなど、何かしらの下処理を行った食材に、調味用のドレッシングや和えごろもを混ぜ合わせて仕上げる。

和える調理をした惣菜は、変化・変質しやすい傾向がある。酢の物は、お酢を使うことで、お酢の酸によって微生物が増えることを抑えることができるが、混ぜた食材から水が出てお酢の酸が薄まる（pHが高くなる）と微生物が増えやすくなり、味も薄くなるので注意が必要である。

例) 和え物は、二種類以上の食材を均一に混ぜる。

例) 和える作業は、非加熱調理である。

【あげる】（揚げる）Ageru

加熱した油の中に材料を入れてコロッケや天ぷら、フライ、から揚げなどを作ること。

180℃くらいに加熱した油を使うので、火傷しないように注意しなければならない。

油は時間が経つと酸化して品質が悪くなる。品質が悪くなった油は、加熱すると泡立つようになり、そのような油で揚げたものを食べると食中毒を起こすことがある。そのため、揚げ調理に使う油は、Av チェッカーを使って油の品質をよく確認し、酸価が 2.5 を超えた場合は全部交換することが望ましい。

例) フライヤーは、揚げ物を作る機械である。

例) 揚げ物を作るときは、温度と時間が大切である。

【アレルギーぶっしつ】（アレルギー物質）Arerugi-busshitsu

食べ物を食べたときに、体から異物と認識される成分（主にたんぱく質）をアレルギー物質という。

それらの異物が体に入ると、体を守るために過敏な反応を起こし、かゆみやじんましん、ぜんそくなどの症状を起こす。人によってアレルギー反応を起こす物質や反応が異なり、症状が重いと死亡することもある。

惣菜には、様々な食材を原料として使用したり、加工された材料を使用することもあるため、様々

なアレルギー物質が入っているものが多い。そのため、調理に使用した器具や機械は、その調理が終わったら必ず洗浄してアレルギー物質が次に製造する食品に入らないようにすることが重要である。

代表的なアレルギー物質を以下に示す。

特定原材料（7品目）	特定原材料に準ずるもの（20品目）
えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生	あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン

【あんぜんひょうしき】（安全標識） Anzen hyoushiki

安全標識の解説は巻末を参照下さい。

【いためる】（炒める） Itameru

少量の油と高温に加熱した鉄板やフライパンを使って、食材を高温でかき混ぜながら急速に加熱調理すること。

食材の表面が短時間・高温で加熱されるため、こげた香りもついて風味がよくなり、内部がジューシーになる。

フライパンの加熱が不十分であったり、食材を一度に大量に投入したりすると、食材が十分に加熱されないため、食感にバラつきが出てしまう。また、長時間加熱すると、煮物のようになってしまう炒め調理の特徴が出ないので注意が必要である。

例) 炒め物を作るときは、やけどに注意する。

【えーぶいちえっかー】（Av チェッカー） e-bui chekka-

揚げ調理に使用した油の品質（酸価）を測るための試験紙。

フライヤー内の油に漬けたところが変色することで、油の品質を測ることができる。

「弁当・そうざいの衛生規範」では、酸価が 2.5 以上になった油は使用を止め、フライヤー内の油は全量交換することを規定している。

【さんか】の項を参照。

【えんそのうど】（塩素濃度） Enso noudo

生野菜やまな板などを殺菌するとき使用する殺菌剤の濃さを表わす指標。

生野菜を殺菌するときには、次亜塩素酸ナトリウムなどを水で薄めて殺菌剤の濃度を調整することがある。作った（薄めた）殺菌液が、100ppm や 200ppm など決められた濃度になっているか確認してから野菜を殺菌液の中に入れる。

塩素濃度を測定する試験紙を「クロール紙」といい、殺菌液に漬けたところが変色することで、その殺菌液の濃度がどのくらいであるか分かるため、正しい濃度であることを確認して殺菌しなければならない。

【おゆ】(お湯) Oyu

水を温めて熱くしたもの。

材料を茹でたり、煮たりするときに使う。

例) めんを茹でるときは、熱いお湯を使う。

例) お湯を使うときは、やけどに注意する。

【おんどけい】(温度計) Ondokei

加熱調理した材料の温度をはかるときに使うものを温度計という。

材料の中心(真ん中)の温度をはかるときに使う温度計を「中心温度計」という。

揚げ物をする時の油の温度も温度計を使ってはかる。

加熱調理においては、微生物を殺菌するために温度と時間が重要である。

例) コロッケの温度を測るときは、中心温度計を使う。

《か行》

【かける】(欠ける) Kakeru

包丁の刃やスライサーの刃の先が折れること。

例) 鶏肉を切ったときに、包丁の刃の先が骨に当たってしまい、包丁の刃が欠けた。

例) キャベツの中に小石が混ざっており、スライサーで切ったときに小石が当たり、スライサーの刃が欠けた。



包丁の刃が欠ける

【かねつちょうり】(加熱調理) Kanetsuchouri

火や蒸気・電気などによる熱を使って調理することを「加熱調理」という。

例) 火や熱を使って調理することを、加熱調理という。

例) 加熱調理するときは、温度と時間が大切である。

【がまんする】(我慢する) Gaman suru

痛みや辛い思いをこらえること。

怪我をしたり病気になって体調が悪くなったときに、その痛みや苦しみを誰にも言わないこと。

例) お腹が痛かったが、我慢したら治ったけれど上司に報告した。

【かわかす】（乾かす）Kawakasu

材料や手に付いた水分（水）を取り除くこと（なくすこと）。

手を洗った後、アルコール消毒する前に、濡れた手をペーパータオルで拭いたり、エアータオルで飛ばすなどして、手についた水をなくすことが重要である。

例) 手を乾かしてから消毒する。

例) 乾かさずにアルコール消毒しても効果はない。

【かわをむく】（皮をむく）Kawa wo muku

大根や人参、ゴボウ、ジャガイモ、タマネギなど、皮がついた材料の皮を取ることに。

例) 大根を千切りにする前に皮をむく。

例) 大根や玉ねぎは、皮をむいて使う。

【きがい】（危害）Kigai

食品を食べた人の体や生命に害を及ぼすこと。ハザードともいう。

病原微生物や寄生虫、アレルギー物質などは、人に食中毒という危害を及ぼす原因になるものであり、このようなものを「**危害要因**」という。

病原性微生物、寄生虫などを「**生物的危害要因（生物的危害）**」といい、ノロウイルスや病原性大腸菌 O157、カンピロバクターなどがある。

アレルギー物質や化学物質を「**化学的危害要因（化学的危害）**」といい、小麦粉や乳、洗浄剤や殺菌剤などがある。

石や金属などの硬いものを「**物理的危害要因（物理的危害）**」といい、スライサーの刃や機械部品、割れたガラスの欠片や小石などがある。

これらが食品の中に入っていると、その食品を食べた人に食中毒や口の中を切る、歯が欠けるなどの害を及ぼすので、食品の中からなくすことが重要である。

生物学的、化学的、物理的の3つの危害（ハザード）の代表的なものを以下に示す。

生物学的 危害要因	病原性微生物	サルモネラ属菌、腸炎ビブリオ、カンピロバクター属菌、病原性大腸菌、黄色ブドウ球菌、セレウス菌、ウェルシュ菌、ボツリヌス菌、ノロウイルス、その他病原性微生物
	寄生虫	アニサキス、クリプトスポリジウム、クドアなど
化学的 危害要因	アレルギー物質	特定原材料及びそれに準ずるもの
	化学物質	殺菌剤、洗浄剤、殺虫剤など
	自然毒	キノコ毒、フグ毒、
	残留農薬	ポジティブリスト制度に準拠しないもの
	動物用医薬品	ポジティブリスト制度に準拠しないもの
	重金属	カドミウム、ヒ素・鉛など
	鉱物油	機械油など
物理的 危害要因	金属片	原料由来の金属異物及び製造機械等から混入する金属など
	ガラス片	原料由来のガラス異物及び施設から混入するガラス片など
	石など	原料由来の石などの異物及び施設から混入する床剤など

【きじゅんち】(基準値) Kijunchi

「ここまで」と決めた値や範囲。

温度や重量、時間、長さなど、一定のものを作るために、製造作業について基準値を決めて作業を行わなければならない。

例) コロッケを揚げるときの油の温度は、180℃を基準値とする。

例) 基準値より高かったり低かった場合は報告する。

【きせいちゅう】(寄生虫) Kiseichuu

他の動物の体内や体外に付着して、その動物から栄養をとって生活する生物であり、代表的な寄生虫であるアニサキスは、サバやサケ、イカなどに多くついている。

上記の魚介類を生そのまま食べると、寄生虫がいた場合、食べた人が食中毒になることがある。

寄生虫は、加熱することだけでなく、冷凍することでも死ぬ。

【きる】(切る) Kiru

材料を包丁やナイフで決められた大きさや長さにカットすること。

一度にたくさんの材料を切るときには、「フードスライサー」や「フードカッター」などの機械を使うこともある。

例) 食材を切る時は、けがをしないように注意する。

例) スライサーは、野菜や肉など食材を切る機械である。

【きれはし】(切れ端) Kirehashi

原材料が入ったビニル袋を、ナイフや包丁などで開けたときに、誤って袋から切り外してしまったビニル片を切れ端という。

原材料が入ったビニル袋を開けるときは、切れ端が出ないように（ビニル袋から切り離さないように）開けることが異物混入を防ぐために大切なことである。

【きろくする】(記録する) Kiroku suru

作業中に測った温度や重さ、濃度を記入表に書くこと。

例) 温度をはかったら、すぐに記録する。

【きんいつにする】(均一にする) Kinitsu ni suru

二種類以上の物が、一部分に同じものが集まっておらず、全体的に同じように広がっている状態。

例) 胡瓜と人参を均一に混ぜる。

例) 混ぜるときは、均一になるようにする。

【きんぞくいぶつ】(金属異物) Kinzoku ibutsu

食品中に混入した金属製の破片などの異物をいう。

機械のボルトやナット、スライサーや包丁の刃の一部が欠けた破片、金属製のザルなどに使われている針金が折れた欠片など、工場内には様々な金属製の機械や器具、金属を部品として使っている器

具がたくさんあるため、常に破損していないか注意することが必要である。

食品の中に混入した金属異物は、金属検出器で見つけることができるが、検出できる限界よりも小さい金属異物は見つけることができない。

食品機械の金属には、主にステンレス、鉄、アルミなどの材質が使われる。

例) 金属ザルの網にほつれを発見したら上司に報告する。

【くろーるし】(クロール紙) **Kuro-ru shi**

殺菌剤の濃度を測るための専用の試験紙。殺菌液に漬けた部分の色が変わることで、殺菌剤の濃度を測ることができる。

【えんそのうど】の項を参照。

【けが】(怪我) **Kega**

包丁で手を切ったり、指を挟んだり、転んだり、骨を折ったりすること。

例) けがをしたら、我慢しないですぐに報告する。

例) 機械を使うときは、けがをしないように注意する。

【けんこうちえっく】(健康チェック) **Kenkou chekku**

従業員の体調(体の調子)に悪いところはないか、けがはしていないかを出勤したときに確認すること。

朝起きて熱があったり、お腹が痛かったりなど体の調子が悪いときは、出勤する前に会社や上司に連絡して、出勤してもよいか休んだほうがよいのか相談しなければならない。万が一食中毒やインフルエンザにかかっていると、会社の従業員全体に感染させてしまい、仕事が出来なくなってしまうことにつながる。

例) 健康チェックは、毎日出勤したときに行う。

例) 健康チェックをしないと、工場に入ってはいけない。

例) 熱が38℃以上あったので、会社に行く前に上司に電話連絡した。

【ころっけ】(コロッケ) **Korokke**

ジャガイモを使用した「揚げ物」料理の一つ。中身の種類によって色々なコロッケがある。

例) ポテトコロッケ、カレーコロッケ、カニクリームコロッケ、コーンコロッケなど

《さ行》

【ざいりょう】(材料) **Zairyou**

惣菜をつくるために使う野菜や肉・魚やきのこ・海藻・豆などをはじめ、砂糖・塩・醤油などの調味料や小麦粉やデンプンなどの粉ものなど、種類はたくさんある。

例) 肉や魚や野菜は、惣菜を作るための材料である。

例) 調味料は、惣菜を作るための材料である。

【さぎょう】（作業）Sagyou

惣菜製造業においては、惣菜を作ることに関係した仕事のことを作業という。

惣菜を作ることに関係した仕事の中には、荷受、下処理、洗浄、殺菌、調理、冷却、運搬、盛り付け（包装）、仕分け、出荷のほか、工場内の整理・整頓や清掃も含まれる。

仕事を行う場所を「作業場」といい、作業を行うときに着る服を「作業着」という。

どのくらい作るかという指示を「作業指示」といい、仕事のやり方が書かれた書類を「作業マニュアル」という。また、作業をしたときに行う記録を「作業記録」という。

例) 作業記録は、指示書通りに製造したことを証明する証拠である。

【さっきん】（殺菌）Sakkin

材料を加熱したり薬品を使って微生物を殺す（やっつける）ことを殺菌という。

殺菌していない食品には食中毒を引き起こす微生物がいるので食べてはいけない。

例) 殺菌剤は、微生物を殺菌するために使う。

例) 決められた温度で加熱調理することで、微生物を殺菌できる。

【さっきんざい】（殺菌剤）Sakkinzai

材料を加熱せずに殺菌するときに使用する薬品。

加熱できない生野菜などを殺菌するときに使用する。

例) 殺菌剤を使うときは、濃度と時間が大切である。

例) 殺菌剤を使うときは、目に入らないように注意する。

【さんか】（酸価）Sanka

唐揚げやコロッケなどを揚げるときに使用する油の品質を表わす指標の一つ。

弁当・そうざいの衛生規範では、酸価が2.5を超えた油は使わない（全て交換する）こととされている。

酸価が高くなった油は毒性があり、そのような油を使って揚げた食品を食べると、胸焼けや吐き気をもよおし、食中毒を起こすことがあるので注意が必要である。

【したしより】（下処理）Shitasyori

材料を、洗う、切る、皮をむいたりすることを下処理という。

例) 野菜の皮をむくことは、下処理である。

例) 下処理には骨をとることも含まれる。

【しょうかき】（消火器）Shoukaki

火災が発生したときに使用する火を消す道具。

例) 消火器は、火事を消すときに使う。

例) 消火器がどこにあるのか、知っておく必要がある。

【しゅうかんづけ】(習慣づけ・しつけ) Syuukanzuke

いつもきれいに使うことを身に付けること。やらなければならないことは、必ずやるということをも身に付けること。

例) 決められたルールを守ることは、習慣づけが大切である。

例) しつけが出来ていないと、ルールを守らない人がでてくる。

【じょうき】(蒸気) Jouki

水を温めると発生する湯気。この蒸気を使って「蒸す」加熱調理を行う。

例) 蒸気でシューマイを蒸す。

例) 湯気は、蒸気のことである。

例) 蒸気は熱いので、やけどに注意する。

【しょうきげん】(使用期限) Shiyoukigen

惣菜を作るときに、使っても良い期限。

使用期限が過ぎた食材を使用すると、品質が悪くなったり、食中毒になる。

例) 材料を使うときは、使用期限に注意する。

例) 使用期限が過ぎた材料は、使ってはいけない。

【しょうどく】(消毒) Shoudoku

手や機械・器具についた微生物を殺す(やっつける)こと。

手や機械・器具にアルコールをスプレーして消毒する。

消毒するときは、手や機械・器具をよく乾かしてからアルコールをスプレーする。

例) 消毒するときは、殺菌剤やアルコールを使う。

例) 手を消毒するときは、よく乾かしてから行う。

【しょうひきげん】(消費期限) Shouhikigen

食品を安全に食べることができる期間や料理に使っても良い期間。

消費期限が過ぎた食品を食べると食中毒になる。

例) 消費期限が過ぎた食品は、食べてはいけない。

例) 消費期限は、食べてもよい期限である。

【しょくちゅうどく】(食中毒) Syokuchuudoku

食品を食べて、お腹が痛くなったり、気持ちが悪くなったり、下痢をしたり、熱が出たりすることを「食中毒」という。

加熱が正しく出来ていなかったり、洗浄・殺菌が正しく出来ていないと食中毒になるので、決められた温度や時間、殺菌剤の濃度と時間は必ず守らなければならない。

例) 食中毒になると、お腹が痛くなる。

例) 食中毒は、ルールや基準を守ることで防ぐことが出来る。

例) 食中毒を引き起こすと、会社がなくなることがある。

【すきま】（隙間） Sukima

物と物の間のあいているところ。

冷蔵庫や冷凍庫は、食品と食品の間に空いているところ（隙間）がないと、冷たい空気が食品まで届かず、温度が下がらない。そのため、冷蔵庫や冷凍庫に食品を入れるときは、食品と食品の間に隙間ができるようにし、入れすぎないようにしなければならない。

蒸し器やオーブンなどで加熱調理するときにも、食品と食品がくっついていると、その部分には熱がかからないので、不十分な加熱調理になってしまう。蒸し調理やオーブンでの焼き調理をする時にも、食品と食品の間に隙間をあける必要がある。

【すらいさー】（スライサー） Suraisa -

スライサーは、野菜や肉などの食材を大量にカット・スライスするときに使用する機械である。カッターとも言う。

食材を切る機械なので、洗浄したり組立てるときには、必ず機械を停止して行わなければならない。

例) スライサーは、食材を切るときに使う。

例) スライサーを使うときは、けがをしないように注意する。

【せいけつ】（清潔） Seiketsu

整理・整頓と清掃をしていつもきれいな状態にしておくこと。

例) 職場は、いつも清潔にしておかななければならない。

例) 職場は、整理・整頓して清掃すると清潔になる。

【せいそう】（清掃） Seisou

掃除をしてきれいにすること。

例) 作業が終わったら、すぐに清掃する。

例) そうじすることを、清掃するという。

【せいとん】（整頓） Seiton

使いやすいように並べて、分かりやすくすること。

例) 器具の置き場所を決めることを、整頓するという。

例) 職場は、いつも整頓していなければならない。

【せいり】（整理） Seiri

使わない物、いらぬ物を捨てること。

例) 使わなくなったものを捨てることを、整理するという。

例) 職場は、いつも整理していなければならない。

【せんざい・せんじょうざい】(洗剤・洗淨剤) **Senzai・Senjyouzai**

野菜、道具、機械、作業着、手などを洗うときに、汚れを落とすために使うもの。

それぞれ洗うものによって使用する洗剤は異なる。

例) 洗(浄)剤は、食材や器具を洗うときに使う。

例) 洗(浄)剤を使うときは、目に入らないように注意する。

例) 洗(浄)剤は殺菌剤の代わりにはならない。

【せんじょう】(洗淨) **Senjou**

材料を洗って汚れを取ることを洗淨という。

使った道具や機械を洗うことも洗淨という。

例) 洗淨は、汚れをとることである。

例) 使った器具は、必ず洗淨しなければならない。

例) 洗淨剤では、微生物を殺菌することはできない。

【そうざい】(惣菜) **Souzai**

惣菜には、煮物、焼き物、揚げ物、和え物、蒸し物、炒め物など「加熱調理」したものと、カット野菜やミックス野菜など洗淨・殺菌して食べられる状態にした「非加熱調理」したものがある。

ご飯などの主食と一緒にたべるおかずのほか、おかずとご飯を一緒に盛り付けた弁当、サンドイッチやコロッケパンなどの調理パン、そば・うどん・ラーメン・焼きそばなどの調理麺も惣菜という。

例) コロッケは惣菜である。

《た行》

【たいちょう】(体調) **Taichou**

体の状態。

頭が痛い、吐き気がする(気分が悪い)、お腹が痛い、腰が痛い、足が痛いなど、体のどこかに異常がある状態を「体調が悪い」という。

体調が悪いと病気や食中毒になっている可能性や、体を動かすと悪い部分が更に悪くなって仕事が出来なくなる可能性があるため、会社や上司にすぐに報告しなければならない。

例) 体調が悪かったので、上司に報告した。

例) 仕事中に体の調子が悪くなったので、上司に報告した。

【たいりょうちょうりせつび】(大量調理設備) **Tairyouchourisetsubi**

大量調理設備の解説は巻末を参照下さい。

【たく】(炊く) Taku

ご飯を作ること。

米に水を加えてしばらく置いて、吸水させてから加熱することでご飯を作る調理法。

米のデンプンを α (アルファ) 化するためには、98℃以上の温度で20分間以上の加熱することが必要である。

炊くときの米と水の量によって、出来上がるご飯の固さ(食感)が変わり、水を多くすればより柔らかくなり、おかゆのようになる。逆に水を少なくするとより固めのご飯になるので、ご飯を炊くときには米と水の量のバランスが重要である。

例) ご飯を炊く。お米を炊く。

【だっすいする】(脱水する) Dassui suru

食材に付着した水分(水気)を取り除くこと。

高速回転する機械(脱水器・遠心分離機)に入れて行う。

【ちゅういする】(注意する) Chuui suru

気をつける。気にする。

例) 包丁を使うときは、手を切らないように注意する。

例) 火を使うときは、やけどしないように注意する。

【ちゅうしん】(中心) Chuushin

その物の真ん中。コロケを揚げたときの温度は、コロケの表面に温度計を当てて測るのではなく、コロケの真ん中(内部)まで温度計を刺して中心の温度を測らなければならない。

例) コロケの中心。ハンバーグの中心。

【ちょうみりょう】(調味料) Choumiryou

砂糖、塩、しょうゆ、酒、みりん、胡椒、ソースなど、料理に味や風味をつけるものをいう。

例) 調味料は、惣菜の材料である。

例) 調味料は、味や風味をつけるために使う。

例) 調味料を使うときは、量に注意する。

【てきごうする】(適合する) Tekigou suru

はかった温度や重さ、濃度などを基準値と比べたときに、基準値と同じか、基準の範囲の中に入っている状態。

基準値と異なっていたり、基準値の範囲に入っていない場合は、正しく作業できていないこととなるため、すぐに上司に報告しなければならない。

例) 中心温度を測ったら、基準値に適合していなかったなので、すぐに上司に報告した。

例) 殺菌剤の濃度を測ったら、基準値の範囲に適合していたのでキャベツを入れた。

【とめる】（止める）Tomeru

動いているものや機械を動かなくすること。「停止させる」ともいう。

停止させるときには停止ボタンや非常停止ボタンを押す。

例) あぶないと思ったので機械を止めた。

例) 作業が終わったら機械をとめる。

【とりはずす】（取り外す）Torihazusu

機械や装置についている部品やカバーなどを本体から外すこと。

機械をそうじするときは、カバーや蓋、防御部品など外すことができるところは取り外してそうじしなければならない。それらを外さないと、その部分に汚れや食材が残り、微生物が増えて食中毒を引き起こす原因になる。

例) スライサーを洗うときは、カバーを取り外してから洗う。

《な行》

【にる】（煮る）Niru

材料を砂糖や醤油などを使った汁で料理すること。

煮るときの温度は、通常調味液が沸騰する 100℃を用いるが、食材によっては組織を固く締まらないようにするために約 70～80℃あたりで長時間煮る場合もある。

煮る調理の特徴は、食材をやわらかくするしたり、ソフトに固めながら調理できることや、魚の骨が剥がれやすくなったり、食材の臭いを抑えることができることである。

例) ひじき煮、切干大根、かぼちゃ煮など

例) 肉じゃがは煮物である。

【のうど】（濃度）Noudo

濃さをあらわす言葉。

洗浄剤や殺菌剤は使用するときの濃度が決められている。

決められた濃度で使わないと期待する効果が得られないので注意が必要である。

例) 殺菌剤は、決められた濃度で使う。

例) 殺菌剤は、濃度が高くても低くても効果は少ない。

《は行》

【はかり】（秤）Hakari

モノの重量（重さ）を量るときに使う計器である。

例) はかりは重さを量るときに使う。

【ひかねつちょうり】（非加熱調理）Hikanetsuchouri

洗浄や殺菌をして食べることができる状態にすることを「非加熱調理」という。

火や熱を使わない調理方法なので「非加熱調理」という。

例) 和え物や酢の物を作る作業は、非加熱調理である。

【ひじょうていしばたん】（非常停止ボタン）Hijouteishibotan

怪我や事故を起こす恐れがあると思ったときに、急いで機械を停止させるスイッチ。

例) 非常停止ボタンは、危ないときに急いで機械を止めるボタンである。

例) 機械を使うときは、どれが非常停止ボタンか覚えておかなければならない。

【びせいぶつ】（微生物）Biseibutsu

目に見えない小さな生き物。細菌・ウイルスなど。

微生物は、人の体や顔・手、野菜や肉・魚、机やいす、電車の手すり、トイレのドアノブなど色々なところについている。醤油や納豆、漬物を作ったりする有用な微生物もいれば、食中毒やインフルエンザを引き起こす悪い微生物もいる。

悪い微生物は消毒や殺菌を行って、食品についていないようにしなければならない。

特に、人の手は色々なところを触るので、悪い微生物がつきやすいため、工場に入ったりトイレから出るとき、食品に触れる前には必ず消毒する必要がある、消毒を怠ると食中毒を引き起こして大変な事故に繋がる。

例) トイレから出るときは、必ず手を消毒し微生物を殺す。

【びょうげんせいびせいぶつ】（病原性微生物）Byougensei biseibutsu

上記微生物のうち、食品の中にあると、その食品を食べた人が食中毒になる微生物を病原性微生物という。病原性微生物の中には、増えることで食中毒を起こすものもいれば、熱に強い毒素を作って食中毒を起こすものもいる。

増えることで食中毒を起こす微生物は、加熱することで菌を殺すことができるが、毒素を作る微生物には、加熱しても死滅しないものもいる。また、作られた毒素は調理するときの温度ではなくならないため、毒素を作る微生物が、毒素を作ることが出来ないように、加熱調理が終わったらすばやく毒素を作らない温度まで食品を冷却するか、毒素を作る温度まで食品の温度を下げないことが重要である。

同じ生物的危害要因である寄生虫は冷凍することで死滅させることができるが、病原性微生物は冷凍しても死滅しない。

代表的な病原性微生物と、その微生物がいる可能性が高い食品を以下に示す。

対象微生物	野菜 果物	穀物 香辛料	畜産物			水産物		使用 水
			乳	食肉	卵	海産	淡水産	
サルモネラ属菌	○	○	○	○	○		○	
腸炎ビブリオ						○		
カンピロバクター属菌				○ 鶏肉				○

病原性大腸菌	○			○ 牛肉			○	○
黄色ブドウ球菌			○	○				
セレウス菌	○	○	○	○				
ウェルシュ菌	○	○		○				
ボツリヌス菌	○	○		○			○	
エルシニア・エンテロコリチカ			○	○ 豚肉				○
リステリア・モノサイトゲネス	○		○	○		○	○	○
ノロウイルス						○ カキ		

【ひょうめん】(表面) Hyoumen

物の表側になっている部分。

人の手の表面、機械や器具類の表面は微生物が多くいるため、食品に触れるときや器具などを使うときにはアルコールなどで消毒する。

例) 手の表面を洗う。テーブルの表面を消毒する。

例) 手の表面には微生物がたくさんついているので、手洗いが大切である。

例) 顔には微生物がたくさんついているので、顔の表面にさわったら手を消毒する。

【ふつとう】(沸騰) Futtou

水や煮汁などの液体を加熱して 100℃くらいになるまで加熱して、ブクブクと空気の泡がたくさん出てくるようになること。

沸騰したお湯や煮汁はとても熱く、指を入れたり腕や脚にそれがかかると火傷(やけど)するので、お湯や煮汁を加熱しているときは注意する必要がある。

例) 加熱調理するときは、火力に注意し吹きこぼれないようにすること。

【ふらいやー】(フライヤー) Huraiya-

熱い油を使ってコロッケや天ぷら、フライ、から揚げなど揚げる機械をフライヤーという。

例) フライヤーは、油で揚げる機械である。

例) フライヤーを使う調理は、加熱調理である。

例) フライヤーを使うときは、やけどに注意する。

【pH】(ペーハー) Pe-ha-

液体が酸性かアルカリ性かを示す指標の値。水の pH は 7 であり中性という。

この pH7 を中心にして値が小さくなる (pH6、pH5、pH4...) ほど酸性が強いことを表わし、値が大きくなる (pH8、pH9、pH10...) ほどアルカリ性が強くなる。

調味料のお酢は概ね pH3、レモン果汁は pH2 と pH が 7 より小さい値であるため、酸性であるといい、ほうれん草やわかめ、ひじきなどは概ね pH10 と 7 よりも大きな値であるため、アルカリ性で

あるという。

pH の値は、リトマス紙という専用の試験紙を用いて測る。

青いリトマス紙が赤くなったら、その物質は酸性である。

赤いリトマス紙が青くなったら、その物質はアルカリ性である。

リトマス紙は主に、たれやドレッシングの pH を測ることに用いられる。

【べんとう】(弁当) Bentou

主に、主食であるごはんとおかずである惣菜を一つにまとめて盛付けたものを「弁当」という。

例) 弁当は、惣菜である。

【ぼうしする】(防止する) Boushi suru

食中毒や病気にならないようにすること。けがをしないようにすること。

例) 食中毒を防止するために、手洗いは大切である。

【ほうちょう】(包丁) Houchou

材料を切るときに使う道具を包丁やナイフという。

包丁を使うときには材料の下にまな板を敷いて切る。

例) 包丁は、食材を切るときに使う。

例) 包丁を使うときは、けがをしないように注意する。

【ほかんする】(保管する) Hokan suru

材料や調理したものを冷蔵庫や冷凍庫など決められたところに置くこと。

例) 肉と魚介類と野菜は、それぞれ冷蔵庫を分けて保管する。

例) 加熱調理した惣菜は、30 分以内に冷蔵庫へ保管する。

《ま行》

【まぜる】(混ぜる) Mazeru

いくつもの材料を一緒にすること。

例) 和えることは、混ぜることである。

例) 手で混ぜるときは、手を消毒してから行う。

【まないた】(まな板) Manaita

包丁やナイフで材料を切るときに、材料の下に敷く板をまな板という。

まな板は、肉用、魚介類用、野菜用と、切る食材ごとに専用のものを使う。

例) まな板は、食材を切るときに使う。

例) まな板の傷には、多くの微生物がついている。

【まにゅある】(マニュアル) Manyuaru

作業のやり方や注意点を書いた書類。

マニュアルには、決められた作業のやり方や、その作業を行うときの注意点が書かれているので、正しく作業を行うために、マニュアルをよく確認して作業を行わなければならない。

【まわり】(周り) Mawari

前や後ろ隣りなど、自分の近くのこと。

包丁やナイフを使用するときには、自分の周りに注意して使用する。

例) 包丁を使うときは、自分のまわりに注意する。

例) 大きな機械を動かすときは、機械のまわりに人がいないか確認する。

【むす】(蒸す) Musu

お湯を沸かした蒸気(水蒸気)を使って料理すること。

食材の形をくずさず、柔らかさとウェット感を持たせて食べやすくできる調理法であり、茶碗蒸しのような液体の食材でも容器に入れて加熱することができる。

例) シューマイを蒸す。

例) 蒸す調理は加熱調理である。

例) 蒸す調理を行うときは、温度と時間が大切である。

【もちこむ】(持ち込む) Mochikomu

仕事場に物を持って入ること。

仕事場には持って入っても良いものと、持って入ってはいけないものがある。持ち込んでよい物は会社でルールとして決められている。

時計や指輪、たばこ、お金(小銭)は持って入ってはいけない。

例) 作業場にお金を持ち込んではいけない。

例) 工場内に持ち込んでよいものは決められている。

例) 勝手に持ち込むと異物混入の原因になる。

《や行》

【やく】(焼く) Yaku

材料を火やオーブンなどを使い高い温度で料理すること。

焼き調理の焼き方にはいくつもの種類があり、あぶる調理もその一つである。

焼き調理は、食材に直接火や熱を当てることで食べやすくすることができ、食材の持つ臭いも蒸発させ、焼いたにおい(焼き香)もつくられる。

食材に直接火をあてて焼くことを「直接焼き」といい、鉄板やフライパンなどで焼くことを「間接焼き」という。

直接焼きは、固形の食材しか焼くことができないが、間接焼きではフライパンなどで調理するため、お好み焼きなど液体の食材を焼くこともできる。

例) ステーキを焼く。

例) 焼く調理は、非加熱調理ではない。

【やさい】(野菜) Yasai

じゃがいも、玉ねぎ、人参、大根、ごぼう、なす、キャベツ、レタス、白菜、ほうれん草、ねぎなど、惣菜には様々な野菜が材料として使われる。

例) 野菜は惣菜の材料である。

例) キャベツやレタスをカットして和えたものはミックスサラダである。

【ゆでる】(茹でる) Yuderu

材料を加熱して熱くしたお湯に入れて柔らかくすること。

茹でるときのお湯(茹で湯)の中に塩を入れると、食材の形が崩れることを防ぐことができる。また、茹で湯にお酢を加えて酸性にすることで、食材の白色がより鮮明になり、重曹を加えると緑色野菜の色が鮮明になる。

例) うどんを茹でる。

例) 茹でる調理は、加熱調理である。

例) 茹でるときは、温度と時間が大切である。

《ら行》

【リトマスシ】(リトマス紙) Ritomasu shi

測定しようとしている物質が、酸性かアルカリ性のどちらか、若しくは、pH の値が幾つかをはかるための試験紙。

【pH】の項を参照。

【りょうり】(料理) Ryouri

色々な材料を使って、惣菜を作ること。作ったもの。

料理には、煮る、焼く、揚げる、蒸す、炒める、炊くなどの加熱調理のほか、合える(和える)、切る、混ぜる、洗う、殺菌するなどの非加熱調理がある。

例) 惣菜は色々な食材を調理して作った料理である。

【れいとうする】(冷凍する) Reitou suru

食品を冷凍庫に入れて凍らせて、変化しないようにする。

例) 冷凍品は冷凍庫に入れて保管する。

例) 一度解けた冷凍品は、再冷凍してはいけない。

大量調理設備についての解説

大量調理設備とは、一度に大量の食品（惣菜）を製造することが出来る調理加工機械をいう。

調理の種類は、炊く・茹でる・揚げる・炒める・焼く・蒸す・煮る・和（合）える・切る・洗う・脱水する・（ご飯を）成型するなどがある。

調理加工別の機械の特徴は以下の通り。

① 【炊く機械】

ご飯を炊く機械は、自動で米を洗って水を計量充填し、コンベアー上を移動しながら加熱する連続式炊飯ラインと、複数の炊飯釜を一度に加熱出来る固定式炊飯機械がある。



② 【茹でる機械】

茹でる機械は、食材や麺などをボイルするときに使用する。

茹でる工程は、水を溜めて加熱することが出来れば作業が出来ることから、煮る機械や炒める機械と同じ物を使うことも出来る。



③ 【揚げる機械】

揚げる機械には、油の中を通るコンベアーに食材を乗せて揚げる連続式フライヤーと、溜めた油の中に食材を投入して揚げる固定式フライヤーがある。



④ 【炒める機械】

炒める機械は、水分を早く飛ばすために、底部を広くしたり、回転して全体に熱が伝わるようになっている。炒める食材により、フライパンを大きくしたような機械や回転ドラムのような機械がある。



⑤ 【焼く機械】

焼く機械には、食材を一定時間コンベアーに乗せて焼成槽内を通すことで加熱する連続式オーブンや、1回ごと（バッチ処理）に焼成する固定式オーブンがある。



また、焼く作業と蒸す作業が1台で出来るスチームコンベクションオーブンという固定式の機械もある。



⑥ 【蒸す機械】

蒸す機械には、食材を一定時間コンベアーに乗せてスチーム槽内を通すことで加熱する連続式スチーマーや、バッチで蒸す固定式オーブンがある。また、上記スチームコンベクションオーブンも蒸気を使って蒸すことが出来る。



⑦ 【煮る機械】

煮る機械は、食材が煮汁の中に浸るようにして加熱することから、鍋を大きくしたような形の機械になる。また、機械の形状から煮る作業以外に茹でる作業に使うこともできる。



⑧ 【和える機械】

和（合）える機械は、混合槽の中に複数の食材を入れて均一に混ぜることができる機械である。ゆでる機械や煮る機械も均一に混ぜる事ができることから、和える作業にも使う事ができる。



⑨ 【切る機械】

切る機械は、食材をコンベアーに乗せて回転する切り刃を通すことで様々な形や大きさに切ることができる。



⑩ 【洗う機械】

洗う機械には、水を貯めた水槽（洗浄槽）に水流を作り、その中を流すことで食材を洗浄する連続式洗浄機や、食材を洗う洗浄槽を自動的に入れ替えて行う連続式洗浄機がある。



⑪ 【脱水する機械】

脱水する機械は、食材をプラスチック製のザルや専用の袋に入れて高速回転させることで食材についた水分を取り除く機械である。



⑫ 【(ご飯を) 成型する機械】

成型する機械は、おにぎりやいなり寿司などご飯を特定の形にしたり、きつね揚げの中に入れて包む機械である。



安全標識についての解説

安全標識は、作業者が仕事中にけがや事故を起こさないよう『注意すること』を、作業者に知らせるために工場の危険な場所に掲示（置いてある）してあるものである。

けがや事故の危険がある場所で仕事をする場合には、この標識の意味を理解して、けがや事故を起こさないように注意しなければならない。

① 危険な場所への立ち入りを禁止する標識



② 走ることを禁止する標識



③ 扉を開けっ放しにすることを禁止する標識



④ 手を触れてはいけない（触ってはいけない）標識



⑤ はさまれる危険を注意する標識



⑥ 切断する危険を注意する標識



⑦ やけどする危険を注意する標識



⑧ 感電する危険を注意する標識



⑨ 転倒する危険を注意する標識



⑩ 転落する危険を注意する標識



⑪ 機械に巻き込まれる危険を注意する標識



⑫ 頭をぶつける危険を注意する標識



⑬ 目を保護する必要がある標識



⑭ 避難する場合の非常口の場所を表す標識



⑮ 消火器の場所を表す標識

