

菌汚染実態から見えてきた キッチン衛生で意識したいポイント

生活者研究センター
ファブリック&ホームケア研究室

例年1月から2月にかけてノロウイルスやインフルエンザなど、感染症の流行がピークを迎えます。ふだんのうがいや手洗いに加えて、家の中の衛生状態に注意することも重要です。そこで、家の中の衛生状態を菌の量を指標に調べてみると、キッチンのいたるところに多くの菌が存在し、蛇口のまわりもそのひとつでした。家族の健康にも影響を及ぼすキッチンの菌汚染実態と掃除意識について報告いたします。

- キッチンの「蛇口の取っ手」と「手拭きタオル」に多くの菌が存在
- 「蛇口の取っ手」は掃除の頻度も意識も低いところ
- キッチンの掃除に対する意識と実態
- 家族の健康を守るため、汚染を広げない衛生習慣を

【調査概要】

「家庭内の衛生環境調査」

調査期間：2016年4～6月
調査方法：インタビュー調査と拭取り検査
調査対象：首都圏在住30～60代既婚女性
対象者数：14人

調査期間：2016年6月
調査方法：拭取り検査
調査対象：首都圏在住30～60代既婚女性
対象者数：30人

「調理行動中の手洗い実態調査」

調査期間：2016年10月
調査方法：調理時の行動観察
調査対象：首都圏在住30代、50代既婚女性
対象者数：8人

「家事（洗濯）に関する調査」

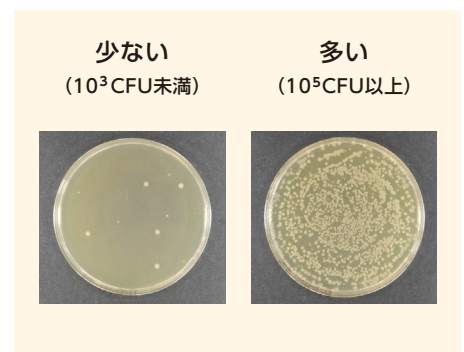
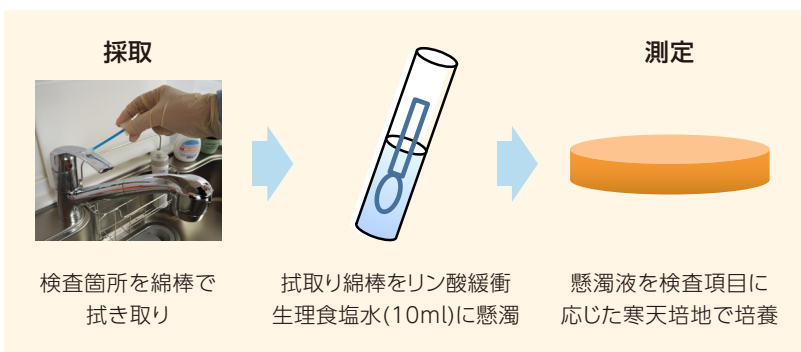
調査期間：2016年7月
調査方法：WEB調査
調査対象：首都圏在住20～60代既婚女性
回答者数：1000人

「掃除に関するアンケート」

調査期間：2016年7月
調査方法：WEB調査
調査対象：首都圏在住20～60代既婚女性
回答者数：1000人

キッチンの「蛇口の取っ手」と「手拭きタオル」に多くの菌が存在

家族の口にはいる物をあつかうキッチンには特に衛生に気を遣うべきところ。そこで、①排水口のふち、②蛇口のつけ根、③蛇口の取っ手、④手拭きタオル、⑤調理台に菌などがどの程度付着しているか微生物汚染の検査をしました。検査方法は「拭取り検査」(図1)を採用し、調査箇所を綿棒で拭き取り、一般細菌数(生菌数)を測定しました。さらに、大腸菌群と真菌(酵母・カビ)の検査も実施しました。

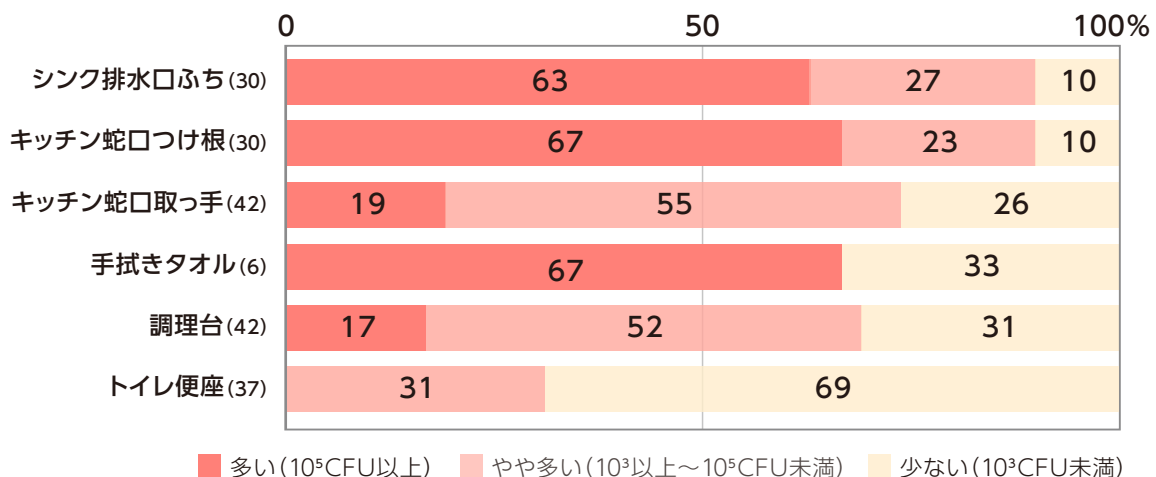


(図1) 拭取り検査概要

(図2) 菌数イメージ

拭取り検査では、調理台等の平坦で広い箇所は100cm²(10cm x 10cm)、取っ手等の平坦でない場所は対象箇所を万遍なく拭き取りました。

検査では、キッチンの方がトイレよりも多くの菌が検出されました。「蛇口の取っ手」や「手拭きタオル」は、汚染度が高い家庭が多く(図3)、こうした箇所からは大腸菌群や、酵母、カビなどの真菌が検出されました。



(図3) 家庭の菌汚染実態

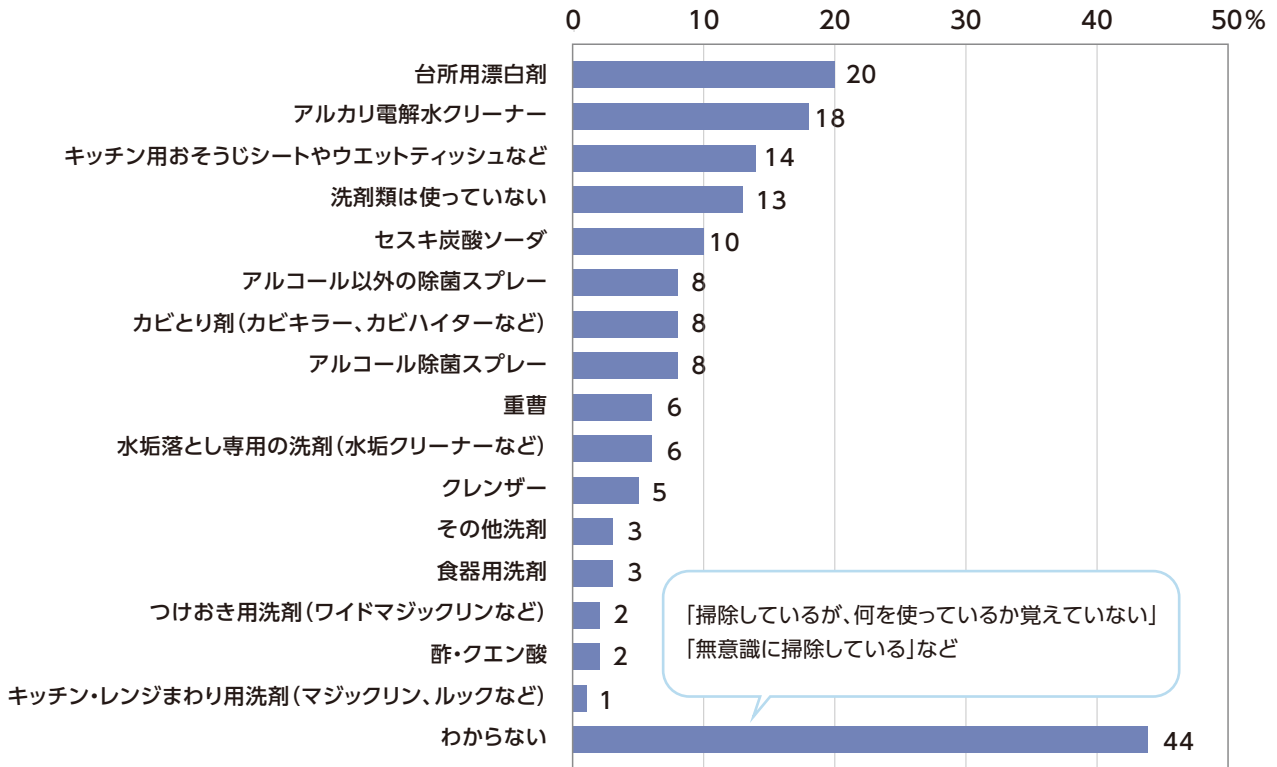
2016年4~6月 家庭訪問による拭取り調査 42軒 (花王 生活者研究センター調べ)

<手拭きタオルの調査方法>リン酸緩衝生理食塩水(100ml)を用いて菌液を抽出し、定法により生菌数を測定。

今回、生菌数の目安として、少ない(10³CFU未満)、やや多い(10³以上~10⁵CFU未満)、多い(10⁵CFU以上)を文献等*を参考に設定しました。CFUはコロニーの数を示し、単位は拭取り検体あたり(CFU/10ml)。
*Ojima, M., et al. "Hygiene measures considering actual distributions of microorganisms in Japanese households." Journal of Applied Microbiology 93.5 (2002): 800-809.

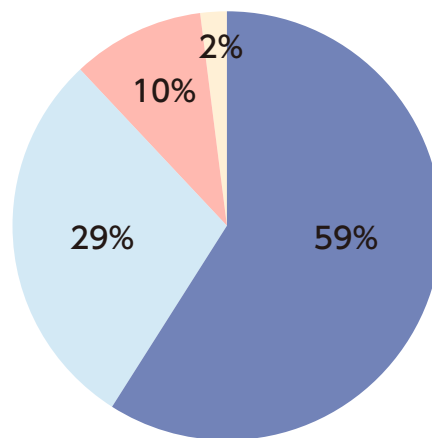
「蛇口の取っ手」は掃除頻度も掃除意識も低い

キッチンの蛇口の取っ手の掃除について使っている洗剤について聞いてみると、半数近くの人が、「わからない」、1割以上の人が「洗剤類は使っていない」と回答し(図4)、手拭きタオルの洗濯頻度は、4割の人が毎日洗濯していませんでした(図5)。日ごろからキッチンの衛生は気をつけていても、菌が多く検出された蛇口の取っ手の掃除は意識していない家庭が多く、手拭きタオルについても毎日取り換える必要を感じていないことがわかりました。



(図4) 水道の蛇口の取っ手掃除で使っているもの

首都圏在住 20~60代1000人 既婚女性(花王調べ)



■ ほぼ毎日 ■ 2~3日に1回位 ■ 1週間に1回位 ■ それ以下

(図5) キッチンの手拭きタオルの洗濯頻度

首都圏在住 20~60代1000人 既婚女性(花王調べ)

キッチンの掃除に対する意識と実態

訪問インタビューでキッチンの汚れの気になるところ、掃除の方法などを聞いてみました。

事例 1

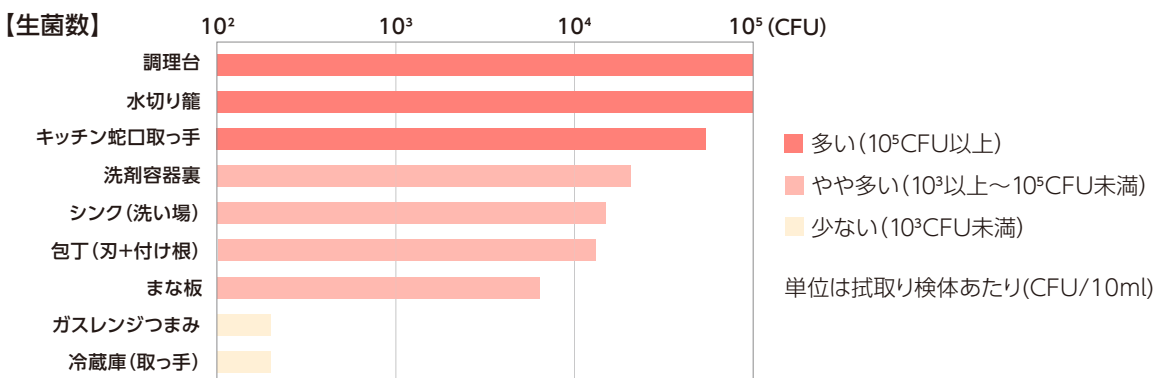
キッチン掃除について



Aさん(52歳)
パート
夫と子ども2人の
4人暮らし

調理台の水滴は気がつくたびに水拭き。レンジ台の油污れは落としたいから、毎日洗剤を使って掃除しています。

	意識	行動
調理台	・水滴や食品由来のよごれを落としたい	台ふきんで水拭き  掃除頻度：気になったら  <台ふききの手入れ方法> 普段は水洗い 1~2週間に一度は漂白剤で 2~3時間つけおきした洗濯
蛇口の取っ手	・意識したことはない場所	 何を使って掃除したかわからない 掃除回数も覚えていない
シンク	・水垢やヌメリを落としたい ・茶渋を落としたい	シンクはクレンザーorお酢で掃除   掃除頻度： 10日or2週間に1回
レンジ台	・油污れを落としたい ・油のかたまりを落としたい	ふきとり掃除→マジックリン+ボロ布   掃除頻度：1日1回
冷蔵庫 電子レンジ	・食品由来のこびりつきなどを落としたい ・電子レンジ内は食品が破裂したときの汚れを落としたい	除菌キッチンクリーナー   頻度：気になった時



コンロの油污れは、毎日洗剤を使って掃除するなど頻繁に対処していました。調理台の水滴は、気になるときに台ふきんで水拭きを行い、その台ふきんは、10日~2週間に一度漂白剤を使用した洗浄をしていました。拭取り検査の結果、調理台や水切り籠、蛇口の取っ手からは多くの菌が確認され、酵母やカビも検出されました。

事例 2

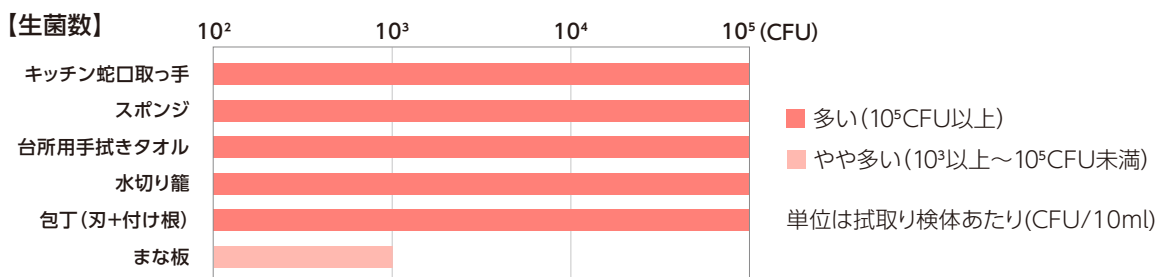
食後の食器洗い



Bさん(33歳)
専業主婦
夫と子ども2人の
4人暮らし

スポンジが汚そうなので除菌タイプの洗剤を使っています。
手拭きタオルは洗った手を拭いているだけなのできれいだと思う。

	意識	行動
蛇口の取っ手	・意識して掃除していない	 掃除頻度は決めていない
手拭きタオル	・料理中に手についた水を拭くだけなので綺麗	 頻度：手拭きタオルは3～4日で洗濯
スポンジ・食器洗い	・食器は乾燥すれば菌はつかない ・スポンジは黒くなって、ボロボロになる、菌が増えそう、交換したい	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="662 907 837 1064">  <p>スポンジ使分け 白色(新しい)→食器 黄色(古い)→シンク掃除</p> </div> <div data-bbox="1077 907 1252 1064">  <p>食器は 手洗した後 自然乾燥</p> </div> </div>



食器洗いには除菌タイプの洗剤を使うなど、手拭きタオルに対する汚れの意識はないようでした。拭取り検査では、ほとんどの場所で多くの菌が検出され、大腸菌群も検出されました。さらに、酵母や、カビも検出され、手拭きタオルも同様の衛生状態でした。

調理中の行動観察

Cさん(52歳)のある日の調理行動

調理スタート

手は洗わない

にんじんを切る。シンクに落ちた皮を集めてビニールに捨てる。

鍋に火をつけ、油を敷いてから換気扇をつける。
牛肉のパッケージを開け、まな板の上で肉を切る。



肉を触った手にさっと水を通すだけで

圧力鍋に入れて木ベラで炒める。

台ふきんでシンク周りと調理台を拭く。

そのままの手で蛇口の取っ手に触れる

シンクの洗い桶に、皿、ボウル、ざる、木ベラを入れ食器用洗剤をつけたスポンジで、まな板から洗う。
皿は食洗機に入れる。

シンクに落ちた野菜の皮と排水口のごみを集めてビニール袋に入れる。

ごみを触った手を洗わないまま

台ふきんでシンク周りと調理台を拭く。

まな板をスポンジで洗った後、新しいキッチンペーパーでまな板をさっと拭き、包丁を水洗い。

台ふきんでシンク周りと調理台を拭く。



シンクのごみを別のスポンジでさっと掃除し、台ふきんでシンクを拭く。

洗い桶で台ふきんを洗って絞った後、調理台全体とシンクを拭き、台ふきんを洗い桶で洗って絞る。

調理行動を調べたところ、手洗いをしないまま調理をはじめたり、洗うとしても水だけで済ませているケースが多くみられました。生肉をあつかった手を水で軽く流すだけで蛇口の取っ手に触れたり、その手でふきんを使うなど、調理中の手や手が触れた場所の汚れに対する衛生意識が低いことがわかりました。この状態では蛇口の取っ手や手拭きタオルが媒介となって、洗った手に菌などが付着することは十分考えられます。

家族の健康を守るために、 汚染を広げない衛生習慣を

料理中の手の汚れや手が触れた水道の蛇口の取っ手や手拭きタオルの汚れに対する意識が低いことは、菌による汚染が広がるリスクを高めています。ふだんのキッチン掃除で、蛇口の取っ手、手拭きタオルはもちろん冷蔵庫の取っ手、ガスレンジのつまみ、包丁の取っ手などもきちんと掃除できているか見直してみることも大切です。汚れや菌などを日頃からしっかり意識して、専用の洗剤などを使ったこまめな掃除で衛生管理することは、家族の健康管理へとつながっていきます。



●お問い合わせ・ご意見は **花王株式会社 生活者研究センター**

〒131-8501 東京都墨田区文花 2-1-3 TEL. 03-5630-9963(月～金 9:00～17:00) FAX. 03-5630-9584

くらしの研究 <http://www.kao.co.jp/lifei/>

※掲載の記事・写真の無断掲載・複写を禁じます。