

## 手洗いの方法

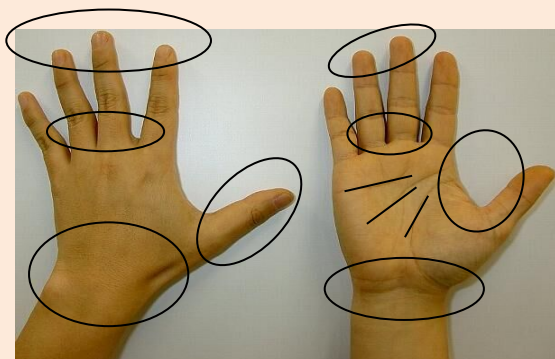
|                                                                                    |                              |
|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
|    | ① 水で手をぬらし、石けんをつけて手のひらをよくこする。 |
|    | ② 手の甲を伸ばすようにこする。             |
|    | ③ 指先・爪の間を念入りにこする。            |
|    | ④ 指の間を洗う。                    |
|   | ⑤ 指と手のひらをねじり洗いする。            |
|  | ⑥ 手首も忘れずに洗う。                 |
|  | ⑦ 十分に水で流す。                   |
|  | ⑧ ペーパータオルでふきとって、よく乾かす。       |

## 水の確保が困難な場合の対応

### <手洗いの代わりに>

ウェットティッシュなどで汚れをふきとり、消毒用アルコールなどで消毒しましょう。

※汚れをふきとる際は、下図の箇所を特に念入りにふきとりましょう。



手の汚れが残りやすいところ

### <食器を洗う代わりに>

使い捨て容器をできるだけ使いましょう。  
また、食器を使う際にはラップをして使えば、食後に食器を洗うことなく次回利用することができます。

なお、避難所で嘔吐・下痢による汚染があった場合は、感染が広がらないようマスク・手袋・エプロンをつけ、塩素系漂白剤などで適切に処理しましょう。

### 食の安全情報をお知らせします！

なすこ🍷がツイッターでつぶやきます！

@kensa\_nagoya

検索



なすこ



令和4年6月

名古屋市保健所・保健センター

## 避難所における 食中毒予防対策

食中毒を起こさない  
食中毒にならないために



名古屋市

## 避難所での食中毒を防ぐために

避難所での食中毒を防ぎ、安全・安心な食事を確保するためには、食事を提供する人だけでなく、食事を食べる人も食中毒予防の注意が必要です。

災害発生時に食中毒を発生させない、食中毒にならないよう、事前に正しい知識と対策を知っておきましょう。

## なぜ食中毒は発生するの？

**食中毒は原因となる菌やウイルスがついた食品・飲料を摂取することで起こります。**

○夏場など気温が高くなると、菌が増殖しやすくなり、食中毒の発生につながります。

○冬場にも、食品にウイルスが付着したことによる食中毒が多く発生しています。



### 避難所でも食中毒が起きています

おにぎりや煮込み料理など、火を通した食品でも、調理後に常温で長時間放置すると、菌が増殖し食中毒となります。そのため、食品は適切な温度で保存し、調理後は早めに食べるなど、温度と時間の管理が重要です。

また消費期限は、安全に食べられる期限です。保存方法を守り、消費期限までに食べるようにしましょう。一度開封した食品は、期限に関わらず早めに食べるようにしましょう。

## 食中毒予防の三原則



### ① 食中毒菌をつけない

- 調理の前、食事の前、トイレの後には必ず手を洗い、消毒しましょう。
- 調理器具は使用後や作業内容が変わるたびに、よく洗い、消毒しましょう。

### ② 食中毒菌を増やさない

- 食品は涼しい場所に保管するなど、温度管理に気を付けましょう。
- 調理品は作り置きせず、早めに食べ切るなど長時間放置しないようにしましょう。

### ③ 食中毒菌をやっつける

- 提供する食品は、中心部まで十分に加熱しましょう。

## 避難所でできる予防対策

**食中毒予防の三原則をしっかり守り、避難所では次のことにも気を付けましょう！**

### 1. 食品の受入時の注意点

- 期限がわからない食品や、包装に破れがある食品は、受け入れないようにしましょう。
- 期限がわかるように保管しましょう。
- 他の支援物資と分けて管理し、涼しい場所に保管しましょう。



### 2. 炊き出しなど調理時の注意点

- 体調不良(下痢、嘔吐、発熱など)や手指に傷のある方は、食品に直接触れないようにしましょう。
- 加熱後の食品を汚染しないよう、使い捨て手袋やラップを活用しましょう。
- 食物アレルギーのある方のために、原材料表示を掲示するなどして周知しましょう。



### 3. 食品の配布時の注意点

- においなど異常がないか確認して配布しましょう。
- 早めに食べきり、次の食事にまわさないよう周知しましょう。
- 傷みやすい食品は、できるだけ早めに配布しましょう。



### 4. 食事をする時の注意点

- 期限表示を確認してから食べましょう。
- 少しでもおかしいと思った食品は食べないようにしましょう。
- 使い捨ての容器や割り箸を使いましょう。

