

さいがい そな 災害に備える

しょくひんえいせい かんが
～食品衛生を考える～



さいがい じ しょくひんえいせいじゆつ 災害時の食品衛生術

せんじようすい ふそく みず せつやくじゆつ 《洗浄水が不足しているときの水の節約術》

- ◆ 食事を準備するときや食事の前には、手や指をウェットティッシュなどでふいてから、アルコールで消毒する。
- ◆ 調理するときは、清潔なポリ袋やラップを使用する。
- ◆ 紙の容器、ラップや新聞紙等を利用し、できるだけ洗い物をつくらない。



ちようり かんせんよぼうじゆつ 《調理するときの感染予防術》

- ◆ 【ふやさない】 缶詰やレトルトパックなどを開けたらすぐに使い切る。
- ◆ 【ふやさない】 できた料理はすぐに食べる。(作り置きをしない)
- ◆ 【やっつける】 電気やガスが復旧したら、できるだけ加熱する。
- ◆ 【つけない】 手や指に傷がある場合は、食品用の手袋を使用する。
(ポリ袋を代用してもよい)
- ◆ 【つけない】 下痢・発熱など、体調の悪い人は、調理をしない。



しょくちゆうどくよぼう さんげんそく 食中毒予防の三原則

*つけない *ふやさない *やっつける



た 《その他》

- ◆ 【つけない】 ペットボトルなどから水を飲むときは、直接口をつけない。
そそぐち せいけつ たも かみ しょう
注ぎ口を清潔に保つため、紙コップなどを使用する。

ていでん とぎ れいぞうこししようじゆつ 停電した時の冷蔵庫使用術

れいぞうこ かいへい さいしやうげん
☆冷蔵庫の開閉は最小限にする

れいぞう しょくひん つか
☆冷蔵の食品から使う



つねひごろなに はい
常日頃何が入っているか
メモしておくといいよ！

れいとうこ あいだ ていおん たも かいへい きょくりよく
☆冷凍庫はしばらくの間、低温を保てるため、開閉を極力ひかえる

