

～避難所での食中毒予防について～

食中毒予防のポイントについて

◎提供メニュー

- ・できるだけ提供直前に加熱調理を行うものにする。



焼くもの

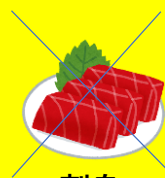


煮るもの



汁もの

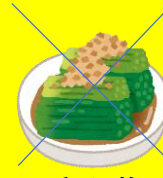
※生ものや加熱後に手を加えるものは避ける。



刺身



生野菜



和え物 等

おにぎりをにぎるときは、素手ではなくラップを用いて握りましょう。



◎調理する人

- ・こまめな手洗いと手指消毒



トイレ後



調理前
盛付前

- ・体調不良や手指に傷がある人は調理しない



- ・身だしなみは清潔に



長い爪・ネイルはNG

◎食品の提供・保管

- ・調理してから2時間以内に食べられるよう、すぐ提供する。
- ・提供時に、置き置きせず、できるだけ早く食べるように伝える。
- ・食器、調理器具は洗浄する。
※水が利用できないときは、食器にラップ等を巻いてから使用する。
- ・余った食品は再利用せずに廃棄する。
- ・食品は、他からの汚染を受けない冷暗所に保管する。

〔食物アレルギーへの対応〕

- ・提供時に「食物アレルギーで食べられないものはありますか？」と一声かける。



～避難所での食中毒予防について～

衛生的な手洗いについて

災害時は水道などのライフラインが十分でない状況があります。

こうした制約のある避難所において食事の提供を行う場合には『**少しでもリスクを下げる**』という考え方で対策を講じることが大切です。

水が十分に使えない状況下では、**ポリタンクやペットボトル**を使って手洗いの環境を整えましょう。

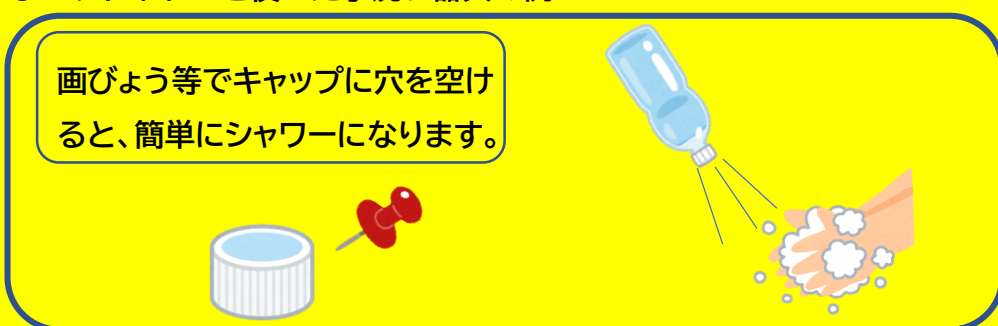
◎水が利用できる場合：流水・石けんでの手洗いと手指消毒剤の利用



◎水が利用できない場合：ウェットティッシュや手指消毒剤の利用



◎ペットボトルを使った手洗い器具の例



～避難所での食中毒予防について～

避難所で注意すべきメニュー

大量に調理された カレー、煮物など



◎原因物質
・ウェルシュ菌

◎特徴
・人や動物の腸のほか、土壌や下水などの自然界に広く生息
・一部に強い殻(芽胞)を作るため、100℃の熱にも耐えることができる。
・前日に大量調理した食品で発生が多く見られる。

◎症状
・主な症状は下痢、腹痛
・潜伏時間は6～18時間

◎食中毒の予防方法
・調理した食品は早く食べる。
・加熱調理後に食品を保存する場合は、なるべく早く温度を下げて冷蔵・冷凍保管する。(室温で保存しない)

おにぎり、弁当



◎原因物質
・黄色ブドウ球菌

◎特徴
・人、動物の皮膚や粘膜に広く分布
・増殖時につくられる毒素は加熱してもなくなる。

◎症状
・主な症状は吐き気、おう吐、腹痛
・潜伏時間は30分～6時間

◎食中毒の予防方法
・調理の前には手をよく洗う。
・使い捨て手袋を着用する。
※手に傷がある場合は特に注意
・出来上がった食品は早く食べる。

手洗いが不十分な状態で 調理・盛付した食品、生卵



◎原因物質
・サルモネラ菌

◎特徴
・加熱不足の卵・肉・魚料理などが原因になりやすい。
・乳幼児や高齢者は重症化しやすい。

◎症状
・主な症状は嘔吐、腹痛、下痢、発熱
・潜伏時間は6～48時間

◎食中毒の予防方法
・生の卵・肉・魚介類に触ったら、よく手を洗う。
・生の卵・肉・魚介類に使った調理器具は、熱湯をかけて消毒する。

ノロウイルスに感染 した人が触れた食品



◎原因物質
・ノロウイルス

◎特徴
・二枚貝のほか、人の糞便、おう吐物に存在
・アルコールでは消毒の効果が不十分
・次亜塩素酸ナトリウムでの消毒が有効

◎症状
・主な症状は吐き気、嘔吐、下痢、腹痛、発熱
・潜伏時間は24～48時間

◎食中毒の予防方法
・調理の前には手をよく洗う。
・使い捨て手袋を着用する。
・体調が悪いときは調理に従事しない。
・食品を十分に加熱する。
※中心温度が85℃～90℃で90秒間以上