

いざという時に備えましょう！

避難所での食中毒を防ぐために…

避難所などでの炊き出しや救援物資の支給は、災害発生時の食料確保で重要な役割を果たします。しかし災害発生時は衛生状態の悪化が懸念され、過去にも炊き出しの食事等での食中毒事故が発生しています。

災害発生時にも安全・安心な食事の確保ができるよう、事前の注意が必要です。

過去の食中毒事例

その1

炊き出しで調理した、鶏肉煮込み料理が原因のウェルシュ菌食中毒

東日本大震災の避難所での炊き出しで提供した鶏肉煮込み料理を食べた118名のうち、69名が下痢や腹痛の症状を訴えた。患者ふん便と鶏肉煮込み料理からウェルシュ菌を検出した。

調理後常温で放置し、食べるまで時間を要したため菌が増え、食中毒に繋がったと考えられた。

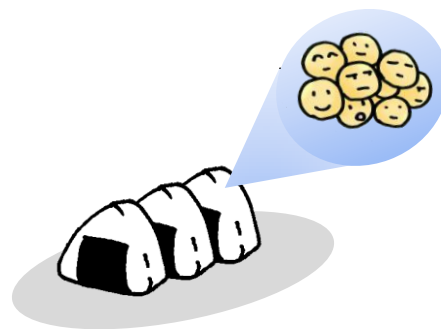


その2

救援物資で支給されたおにぎりが原因の黄色ブドウ球菌食中毒

平成24年8月、大雨による土砂崩れのために孤立した地区で、救援物資として持ち込まれたおにぎりを食べた104名が下痢や腹痛の症状を訴えた。患者ふん便とおにぎり、従事者の手から黄色ブドウ球菌を検出した。

地元の製造所がおにぎりを製造。住民に配布されるまでの間に細菌が増殖したとみられる。



食品を提供する際の注意点

1 食品の受け取り・保管

- ◆ 食品を受け取る時は、食品の表示、色やにおいなどに異常がないか確認しましょう。
- ◆ 受け入れの状況を記録しましょう。
(日時・数量等)
- ◆ 他から汚染を受けない冷暗所に保管し、床や地面への直置きは避けましょう。



2 食品の調理

- ◆ 手洗い設備があれば、しっかりと手を洗いましょう。
- ◆ 食品を素手で触ることは避けてください。使い捨て手袋等を活用しましょう。
- ◆ 食品は、サラダやあえ物などの加熱調理後に加工を行う食品は避け、しっかり加熱調理を行うもの（煮物、揚げ物、焼き物）にしましょう。
- ◆ 加熱後に加工しなくて済むように、事前に一口大に切るなどの工夫をしましょう。
- ◆ 米飯は“おにぎりにはしない”でください。どうしても“おにぎり”にする場合は、素手では握らずに、使い捨て手袋を使用するか、ラップに包んでから握りましょう。



3 食品の配布

- ◆ 弁当など、できあいの食品を配布する際は、消費期限を確認し、原則として個人へ手渡ししましょう。
- ◆ 保存のきかない食品については、保存方法や消費期限などの注意事項を伝えて配布しましょう。
- ◆ 臭いや色など異常を感じたら、ただちに配布を中止します。
- ◆ 炊き出しの食品、ボランティア等が調理した食品は、できるだけ作成日時と提供日時を記録しましょう。



食べる際の注意点

- ◆ 受け取ったらすぐに食べるようにしましょう。
- ◆ 手洗い設備があれば、しっかりと手を洗いましょう。
- ◆ 異常（異味・異臭・変色など）を感じたら、食べないようにしましょう。
- ◆ 弁当などは消費期限内であることを確認し、期限が過ぎていたら、もったいないですが捨てましょう。
- ◆ 食べ残した食品は、もったいないですが捨てましょう。
- ◆ 捨てるときは周囲の衛生確保のため、分別し、決められた場所に捨てましょう。



炊き出しの食事等で特に要注意な食中毒

避難所での調理は、通常とは違い、限られた条件下で作業しなければなりません。

ここでは、このような条件下での調理時に、特に発生しやすい食中毒を紹介します。予防するため、それぞれの特徴を把握し、注意して作業することが大切です。

黄色ブドウ球菌

主な分布

化膿した傷、鼻、皮膚、髪の毛等に分布

主な食品

『おにぎり』『弁当』など

予防方法

- ・ていねいに手洗いをする
- ・手指に傷がある人は、食品に直接ふれたり調理はしない
- ・できるだけ早く食べる



ウェルシュ菌

主な分布

水、土壌、人や動物の腸管、食肉等に分布

主な食品

『カレー』『シチュー』『煮物』など

予防方法

- ・加熱調理したものは早く食べる
- ・大量の食品を加熱調理したときは、室温で放置せずに冷却する。
- ・前日調理はしない



ノロウイルス

主な分布

二枚貝の内臓や人の腸管内等に分布

主な食品

『ノロウイルスに汚染された食品』

予防方法

- ・ていねいに手洗いをする
- ・使い捨て手袋を活用する
- ・下痢の症状がある場合は調理に従事しない
- ・食品はよく加熱する



事前に用意しておきましょう

1 熱 源

避難時、暖かい食事は安心感を与える効果があります。また、加熱した食品は食中毒の発生予防にもなります。

☐ カセットコンロ



☐ 七輪



☐ マッチやライター等



2 水

災害時には、水は飲料用だけではなく、手洗いなどの生活用としても必要です。復旧、支援活動が本格化するまでの3日間分は各家庭での備蓄が必要とされています。



1人が1日に必要とする最低の量は・・・

飲料用水 3L（夏場はもっと必要）
生活用水 10～15L

3日間分だと・・・

飲料用水 9L
生活用水 30～45L

3 調理器具・雑貨類

- | | | |
|--------------------------------------|------------------------------------|--------------------------------|
| ☐ 使い捨て食器 | ☐ 栓抜き | ☐ ビニール袋 |
| ☐ 割箸、スプーンフォーク | ☐ 使い捨て手袋 | ☐ ゴミ袋 |
| ☐ ナイフ | ☐ ラップ | ☐ ロープ |
| ☐ アルミホイル | ☐ 消毒用アルコール | ☐ 鍋 |
| ☐ ペーパータオル | ☐ ウェットティッシュ | ☐ 缶切り |

・・・など

包装ラップやアルミホイルは、食器に広げることで洗う手間を減らします。

ポリ袋やラップは、食材を混ぜる時やおにぎりを握る時など、素手で直接触らないために活用できます。