

## 知って備えよう！災害時の食中毒予防

Q子：台風の季節がやってきましたね～。この前の大雨では、道がほぼ浸かってしまって帰るのが大変でした！

博士：そうじゃの～。大雨の浸水による災害が特に怖い時期じゃな。9月1日は防災の日じゃ。

Q子は災害への備えは大丈夫かの？

Q子：お菓子はいつもあるけど…他は特に準備はできてません。

博士：大きな災害が起ると、水や衛生用品の不足することがあるから、普段のように十分な衛生状態を確保することが難しいんじゃ。過去には、避難所において食中毒が発生しておる。

災害時の食中毒予防について、確認していこうかの～。

Q子。助手。  
いつも前向き。



博士。  
マイペース型。



ネコ。  
しゃべれる。



## 災害時の食中毒予防のポイント（炊き出し・自炊編）

博士：Q子、食中毒予防の3原則は覚えておるか？

出典：避難所・炊き出しでの食中毒予防について（農林水産省HP）

Q子：えーっと… つけない、ふやさない、それと…

博士：「やっつける」じゃ！災害時も、この3原則を守ることが、食中毒を予防するポイントとなるぞ。

Q子：あっ、そうそう！食中毒予防の3原則は「つけない、ふやさない、やっつける」でしたあ！

博士：災害時に炊き出しするときは、いろいろと気を付けることがあるんじゃ！

### 体調不良がある場合 調理・配食をしない



### できるだけ加熱した ものを提供する



### おにぎりは素手で 握らない



### 調理器具を消毒する



## 災害時の手洗い・手指消毒

出典：避難所・炊き出しでの食中毒予防について（農林水産省HP）

博士：調理した人から食品に食中毒菌やノロウイルスを「つけない」ために、何が大切になるかの～？

Q子：やっぱり手洗いですか？

博士：おっ！正解じゃ。調理や料理を提供する前、そして食べる前には、細菌を「つけない」ために、石けんと流水で十分に手洗いをするんじゃ。

Q子：でも災害時には、きれいな水がないこともあるんじゃないですか？

博士：そのとおりじゃ。水での手洗いができない場合は、ウェットティッシュで手指の汚れをしっかりとふき取ったあと、アルコール消毒を手全体によくすり込んで、自然に乾かすのじゃぞ。

調理をする時は使い捨て手袋をして、素手で食品に触れないようにする  
ニャー。消毒を20～30秒かけて、手全体にすり込むニャー。



### 水での手洗いが出来ない場合



# 災害時の食中毒予防のポイント（番外編）

出典：避難所・炊き出しでの食中毒予防について（農林水産省HP）

Q子：博士～！水が使えない時は、まな板や包丁も洗えないのでは…？

博士：そうじゃの～。災害時の調理ではできる限り、調理器具を減らす工夫が必要になる。例えば、キッチンばさみを使用すれば、まな板と包丁なしでも食べ物をカットできるぞ。

Q子：災害時に備えておくと便利なものがたくさんありそうですね！

博士：そうじゃ。Q子、食べる時にもポイントがあるぞ～。食中毒菌を「ふやさない」ために、できるだけ早く食べることが大切じゃぞ！食べ残しや、長時間放置された食品は、思い切って捨てるのじゃ～。

ここで備えておきたい衛生用品を紹介しておこう。

バッククッキングも災害時に節水のため、活用されている調理法だニャー。耐熱性のあるポリ袋に食材を入れて湯せんで火を通すだけで簡単な食事を作ることができるニャー！災害時を想定して、家でもバッククッキングを試してみるニャー。



## 備えておきたい衛生用品

出典：災害時に備えた食品ストックガイド（農林水産省）

### □食品用ポリ袋

- ・手にかぶせて手袋代わりに
- ・調理する材料を混ぜ合わせるボウル代わりに
- ・お碗にかぶせて洗い物の削減に

### □ラップ・アルミホイル

- ・おにぎりなどを直接触れずに作るために
- ・お皿に敷いて洗い物の削減に

### □消毒用アルコール

- ・手指や調理器具の消毒に

### □ウェットティッシュ

- ・手指の汚れを落とすために

### □キッチンペーパー

- ・手巾やタオル代わりに



加熱調理ができるように、カセットコンロやボンベも準備しておくの良いニャー～！



Q子：災害時だから特別なものを用意しなきゃと思ったけれど、普段使うものが多いですね！

博士：そうじゃ。普段から使うものを少し多めに買い置きしておくの良いぞ！

Q子：じゃあ、これから備蓄品を買いに行きましょ～！レトルトカレー、ももの缶詰、それと…

博士：Q子、好きな食べ物だけでなく、衛生用品も忘れずにな～！

## 岐阜県からのお知らせ

### バスツアー「親子で学ぶ 食品安全セミナー」を開催しました！

県では、県内在住の小学3～6年生の児童及びその保護者を対象に、「食品安全セミナー」を開催しました。（令和7年7月30日・8月1日の2日間）岐阜県の特産物である鮎のつかみ取り及び明宝ハム製造工場の見学を通して食の安全性について楽しく学ぶことができました。

来年も開催を予定していますので、ぜひご参加ください！



食卓の安全・安心ニュースで知りたいテーマがありましたら、メールかFacebookでお寄せください。  
生活衛生課メール：[c11222@pref.gifu.lg.jp](mailto:c11222@pref.gifu.lg.jp) Facebookページ「岐阜県食品安全推進室」

最後までお読みいただきありがとうございました。

