

災害時の食中毒予防について

～避難所で過ごされる時の注意点～

災害発生時は、水や衛生用品の確保が難しいこと等から衛生状態の悪化が懸念されます。
過去には避難所での食中毒が発生しており、災害時においても安全・安心な食品を確保できるよう災害時の食中毒予防について確認しておきましょう。

食品を調理するとき（自炊、炊き出し等）

- 体調が悪い（下痢、腹痛等）ときは、調理をしない。
- しっかりと手を洗う。
- 食品を素手で触ることは避け、使い捨ての手袋等を使用する。
- 原材料の鮮度や消費期限等を確認し、臭いや容器の破損等の異常があれば、提供するのをやめる。
- 材料のカットは加熱前に行う。
- 提供する食品は加熱するメニュー（煮物、焼き物、汁物）を選ぶ。
※サラダやあえ物等、加熱しないものや加熱調理後に加工するものは避ける。
- 調理器具は使用後によく洗い乾燥させる。水が使えない場合はペーパータオル等で汚れを拭き取り、アルコールで消毒する。
- 食物アレルギーのある方のために、原材料の情報を掲示するなどして、周知する。



注意!! 素手で握る「おにぎり」は食中毒の危険があります。
「おにぎり」はなるべく避けるか、使い捨ての手袋を使用するか、ラップに包んでから握りましょう。

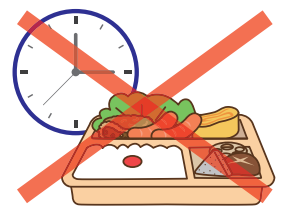
食品を受け取ったとき（救援物資や炊き出し等）

- 食品の消費期限、容器破損等の外観、色・臭い等を確認する。
- 食物アレルギーのある方は、食品の表示を確認する。
- 他から汚染を受けない冷暗所に保管し、床や地面に直接置かない。



食品を食べるとき

- 手をよく洗う。（手洗い設備があれば石けん等を使ってしっかりと）
- 受け取ったらすぐに食べる。
- 色、臭い、味等に異常を感じたら、食べないようにする。
- 消費期限を過ぎた食品や長時間放置された食品は食べずに捨てる。



京都市

京都市は持続可能な開発目標（SDGs）を支援しています。



避難所で注意すべき食中毒

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。
- ・熱に強い殻(芽胞)を作るため、100℃の加熱でも生き残る。
- ・酸素のない状態でしか増えない。

▶ 症状

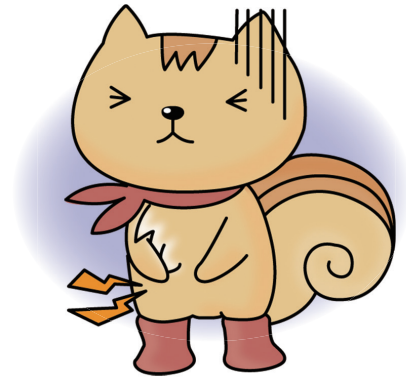
- ・主な症状は下痢、腹痛
- ・潜伏時間(※)は6~18時間 ※病原体を摂取してから発症するまでの時間

▶ 注意すべき食品

- ・大量に調理されたカレー、スープ、煮物など

▶ 食中毒の予防方法

- ・調理後、なるべく早く食べる。特に前日に調理したものを提供するのはやめる。
- ・冷ます必要がある場合は、室温で放置せず、小分けするなどして急速に冷却する。



黄色ブドウ球菌

▶ 特徴

- ・人、動物の皮膚や粘膜に広く分布。
- ・増殖時に産生される毒素は加熱に強い。

▶ 症状

- ・主な症状は吐き気、嘔吐、腹痛
- ・潜伏時間は30分~6時間

▶ 注意すべき食品

- ・おにぎり、弁当

▶ 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なるべく早く食べる。



ノロウイルス

▶ 特徴

- ・二枚貝のほか、人の糞便、吐物に存在。
- ・アルコールでは消毒の効果が不十分。

▶ 症状

- ・主な症状は吐き気、嘔吐、下痢、腹痛
- ・潜伏時間は24~48時間
- ・症状がないままウイルスを排出することもある。

▶ 注意すべき食品

- ・ノロウイルスに感染した人が触れた食品

▶ 食中毒の予防方法

- ・調理の前には手をよく洗う。
- ・食品を十分に加熱する。
※中心温度が85~90℃で90秒間以上

お問合せ先一覧

名 称		電 話	所 在 地
医療衛生センター	北区、上京区、左京区、東山区担当	(075) 746-7211	 医療衛生センター 御池通 烏丸通 車屋町通 東洞院通 問之町通 高倉通 堺町通 柳馬場通 富小路通 京都市中京区御池通高倉西入高宮町200番地 千代田生命京都御池ビル
	中京区、下京区担当	(075) 746-7212	
	山科区、南区、伏見区担当	(075) 746-7213	
	右京区、西京区担当	(075) 746-7214	



この印刷物が不要になれば
「雑がみ」として古紙回収等へ!

発行：京都市保健福祉局医療衛生推進室医療衛生企画課
京都市印刷物第044304号 令和4年8月発行