

# 練馬区


## 食の安全・安心シンポジウム

～避難所で食中毒を  
おこさないために～

東京都多摩府中保健所

生活環境安全課 平 公崇

# 本日の内容



避難所における事例

東京都の調査結果（概要）

食中毒予防のポイント

まとめ

# 東京都の調査結果

## ～ 熊本地震（2016年）～

# 避難所生活等における食中毒等防止対策に関する調査結果

(平成28年度 東京都健康安全研究センター)

- 1 衛生物資の備蓄・供給
- 2 食事内容
- 3 食品の取扱い
- 4 その他

# 1 衛生物資の備蓄・供給

- 熊本地震では、県外に通じる道路の寸断を免れたため、支援物質の到着は比較的早く、発災から3日経った頃から、食料、ミネラルウォーター等を中心とした物資が順次、避難所に届けられた。
- 「衛生対策関連の備蓄は少なかった」という報告をはじめ、多くの支援者が備蓄の不足を指摘。
- 避難所開設当初は、ハンドソープ、ペーパータオル、ウェットティッシュ、消毒用アルコール、おう吐物処理キット、蓋つきごみ箱等が不足。

「熊本地震から10日がたち、(中略)地震直後に必要とされた食料や飲料水は充足し、被災自治体の集積場は留め置かれた物資であふれている状態。

(中略)

消毒用のアルコールや除菌用のウェットティッシュが足りていない。」

(平成28年4月25日西日本新聞から一部抜粋)

## 2 食事内容

### 炊き出し

- 食中毒予防の観点から、炊き出しのルールとして「加熱していない食品、生野菜（きゅうり、トマト、レタスなど）、刺身、生肉、カットフルーツ、かき氷、アイスクリーム等は出さないこと」等が設定された。
- 温かい食品、アレルギー対応へのニーズは高い。

### 弁当

- 益城町では避難者が多かったため、コンビニ弁当が配布されたが、生ものが禁止されていたため、揚げ物が多く、食事のバランスは偏っていた。

### 自炊

- 住民側からは「自己責任」による自炊や食事内容への要望があった。栄養の偏った食事のため、健康への不安の声が寄せられた。

### 3 食品の取扱い

- 水がない状況では、少しでもリスクを下げるのが大切。ウェットティッシュで手を拭くことだけでもするよう呼びかけた。
- 発災直後の食料が限られた状況で、パンやおにぎりを大事にとっておく状況が見られた。当初は配給のみだったが、配られた後の取り置きをせず、賞味・消費期限内での喫食を促した。

「次にいつ配食があるか分からない」という不安感から、弁当を個人的に長期間保存する人が多かった。」

(平成28年4月26日信濃毎日新聞から一部抜粋)

## 4 その他

### トイレ

- 一日のうちに「同じ人がトイレ掃除をし、次に食事を作る」といったことが、消毒の手段がない中で行われると感染症が発生しやすい。
- 大規模避難所の管理体制に課題があった。特にトイレはボランティアにより衛生状態が維持され、ボランティア不足が衛生状態の悪化につながるリスクがあった。

### 生ごみ

- 避難所開設初期は、食べた物の後片付け、特に生ごみの処理や臭い対策が課題となった。



# 食中毒予防のポイント

# 避難所等へ弁当・おにぎりを提供する場合、 避難所等で炊き出しする場合の食中毒予防

## 基本的な考え方

水、電気、ガスなどのライフラインが使えない、衛生用品がないなど、制約のある中では、「少しでもリスクを下げる」という考え方で、実施可能な対策を講じることが大切。

## 食中毒予防の重点ポイント

メニューは加熱調理品

手洗い / 手指の消毒

温度管理

できるだけ早く食べ終えること

# メニューは加熱調理品

手指や器具等の十分な洗浄、消毒が困難な状況では、食中毒予防3原則のうち、「やっつける(加熱殺菌)」を徹底しましょう。

- メニューはできるだけ加熱調理を行うものにしましょう。



焼くもの



煮るもの



汁物

- 加熱しないものや加熱後に手を加えるものは避けましょう。



サラダ



和え物



刺身

## 食数の検討は慎重に！

- 施設や人員の許容範囲を超える作業は、食中毒の発生リスクを高めます。



# 手洗い / 手指の消毒

- (水が使えるときは)もちろん、しっかり手を洗いましょう！
- どうしても水が使えない場合は、ウェットティッシュで汚れをよくふき取り、アルコール消毒しましょう。
- 手に傷があるときはもちろん、手に傷がなくても、手洗いが不十分であることを踏まえ、調理には使い捨て手袋を使用しましょう！
- おにぎりを握るときは、使い捨て手袋を着用するか、ラップで包みましょう。



## 体調不良時は調理しない！

- 調理者がノロウイルス等に感染していると、手指等を介して食品を汚染し、食中毒発生の恐れがあります。



# 温度管理

## 避難所で炊き出しをする場合

- 原材料の冷蔵及び冷凍品は、よく冷やしたクーラーボックス等で、常温保存食品は、直射日光を避けて保存しましょう。
- 作り置きせず、調理後は2時間以内に喫食できるように提供しましょう。



## 避難所に弁当等を提供する場合

- 弁当の調整時は、ごはん、おかずは十分に冷ましてから盛り付けましょう。
- 保管、運搬中の細菌増殖を抑えるため、調理後、長時間の常温放置は避けましょう。



過去には、避難所で、保温容器に長時間おにぎりを保管したことが原因と疑われる食中毒が発生しています。

# できるだけ早く食べ終えること

熊本地震の避難所では、発災直後の食料が限られた状況で、弁当やパン、おにぎりを大事にとっておく状況が見られた…。

- 提供時に、取り置きせず、できるだけ早く食べるように伝えましょう。

## 食物アレルギーのある方に配慮しましょう

- 提供時に、「食物アレルギーで食べられないものはありませんか？」と一声かけましょう。
- 原材料の包装や献立表を掲示する際に、アレルギー物質の情報を正確に提供しましょう。



原材料の情報提供（例）

# 備えておきたい衛生用品(例)

- 消毒用アルコール

手指や調理器具の消毒に役立ちます。



- ウェットティッシュ

水が使えない場合に、手指の汚れを落とすのに役立ちます。



- 使い捨て手袋・ビニール袋

調理の際、素手で食品を触らずに済みます。



- カセットコンロ・ガスボンベ

ガスの供給が停止した場合などでも、お湯を沸かしたり、加熱調理を行うことができます。



# まとめ



# 避難所における衛生管理

## ゾーニング（エリア区分）

- ・ 避難所内の土足禁止、トイレと炊き出し場所等

## トイレの管理と手洗い方法

- ・ 特に水道水が使用できない場合

## ボランティアによる食品の提供

- ・ カレー等の取扱い、原材料の保管、トイレ掃除

## 被災者自身による食品の保管

- ・ 常温で長時間（廃棄できない、もったいない）

**避難所ですぐに使える  
食中毒予防ブック**  
マニュアル・リーフレット・ポスター

東京都健康安全研究センター  
食マイくん

**1 管理責任者用マニュアル類**

資料 1	表	食中毒予防のために揃えたい衛生用品（例）
	裏	手洗い環境の整備
資料 2		食中毒予防チェックリスト
資料 3		食中毒予防に関する館内放送マニュアル
資料 4		血毒系消毒薬（次亜塩素酸ナトリウム液）の希釈マニュアル
資料 5		トイレ清掃マニュアル
資料 6		おう吐物・ふん処理マニュアル

**2 配布用リーフレット**

資料 7	表	避難者向け食中毒予防リーフレット
	裏	
資料 8	表	避難者向け食中毒予防リーフレット多言語版
	裏	
資料 9	表	炊き出しボランティア向け食中毒予防リーフレット
	裏	避難所への弁当等提供者向け食中毒予防リーフレット

**3 掲示用ポスター**

資料 10	表	手洗い場用ポスター（水が使える場合）
	裏	手洗い場用ポスター（水が使えない場合）
資料 11	表	手洗い場用ポスター（水が使える場合）多言語版
	裏	手洗い場用ポスター（水が使えない場合）多言語版
資料 12		トイレ用ポスター
資料 13		トイレ用ポスター多言語版
資料 14		炊事場用ポスター
資料 15		炊事場用ポスター多言語版

**4 問い合わせ先**

資料 16	表	食中毒予防に関する問い合わせ先（保健所一覧）
	裏	

東京都福祉保健局

避難所における食中毒予防の観点から、食品等の取扱い、普及啓発等を行う際にご活用いただけるマニュアル、ポスター等を一冊にまとめたもの。

避難者向けのリーフレット、ポスターには、多言語版（英語、中国語（簡体字、繁体字）、韓国語）を用意

平成29年9月、区市町村防災担当、保健所、医療機関、福祉施設に配付

ホームページからダウンロードできます。

食品衛生の窓

検索