

手洗い、うがいが予防の第一歩

食事の前、トイレの後、ゴミの処理後は
手を洗いましょう



水がないときは

手指用消毒液を2～3滴手のひらに落とし、手指全体にすりこみます。

水があるときは

1. 石けんで手のひら、手の甲、指の間、指先を15秒～30秒かけて洗う。
2. 水でよく洗い落とす。

ブクブク、
ガラガラうがいをしましょう



1. まずは、残った食べ物などをとりのぞくため、水を口に含んで15秒程度ブクブクうがいをします。
2. 次に上を向いてのどのおくまで、水が届くよう15秒程度ガラガラうがいをします。
さらに、ガラガラうがいを数回くり返します。

手を洗いましょう

手洗いは

食中毒予防

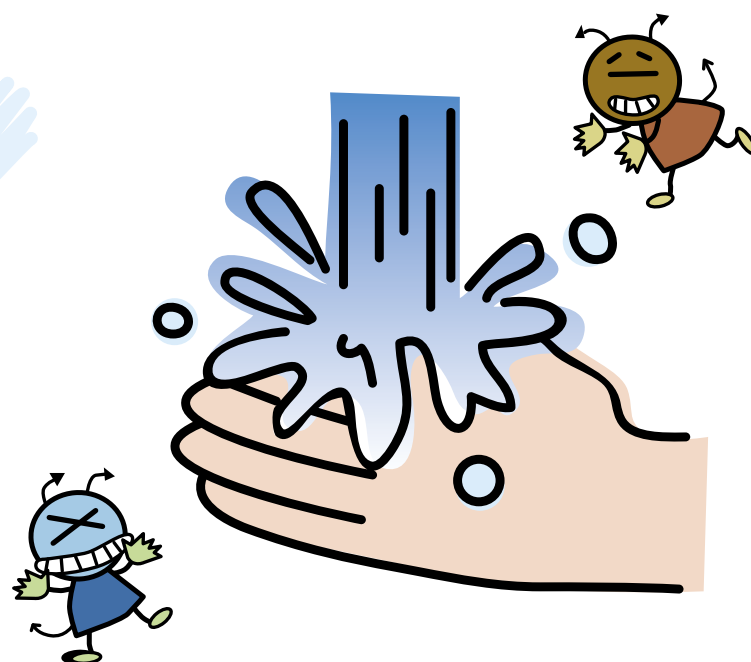
感染症予防

に有効です

手洗いのタイミング

食品を扱う前

外出から
帰った後

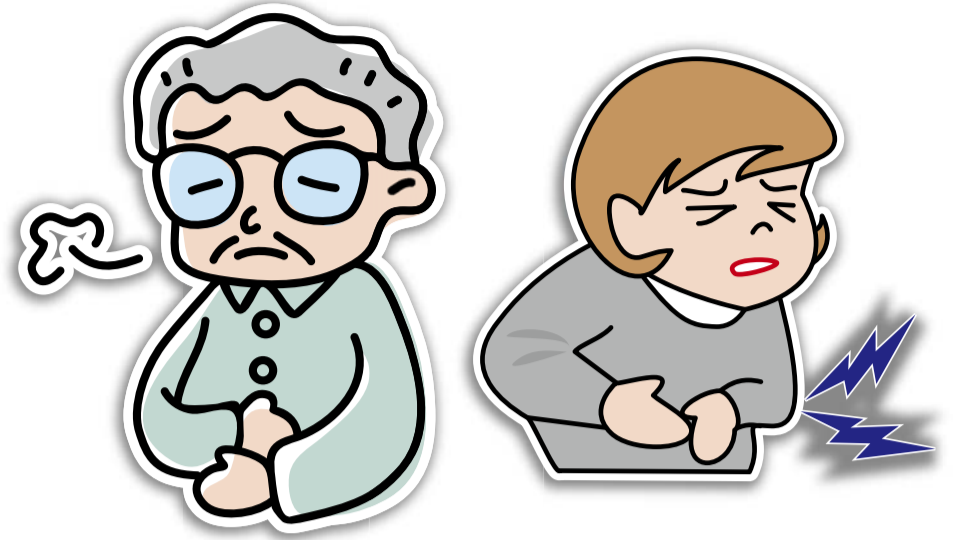


トイレの後、
ゴミ等汚れたものを
触った後

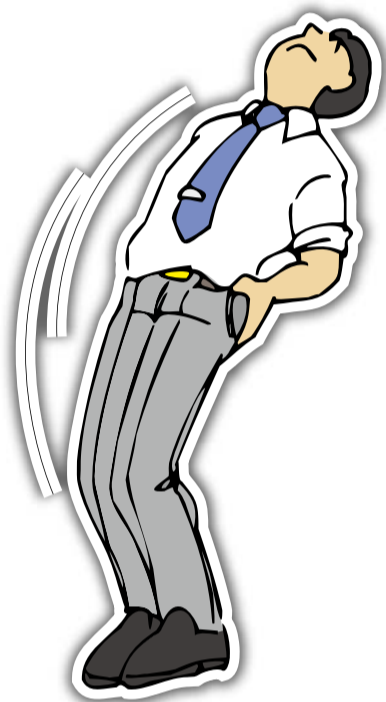
石けんを使用しましょう

はつねつ おうと げり
発熱、嘔吐、下痢など

- **発熱、嘔吐、下痢などの**
しょうじょう
症状のある人は本部まで
もうで
申し出てください。



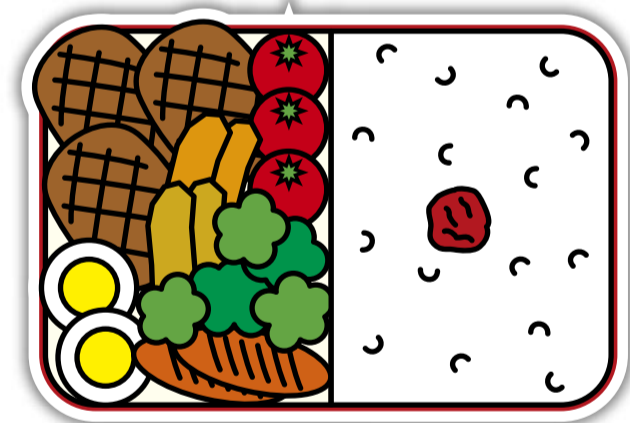
うんどう こころ
運動を心がけましょう



- **エコノミークラス症候群**
しょうこうぐん
にならないために毎日、軽い
運動を心がけましょう。

きげん
食品の期限

- **配られた食品は期限を守っ**
て早めに食べましょう。

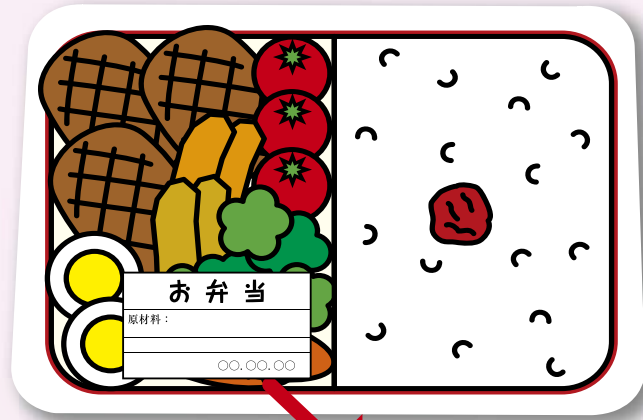


じゅにゅう きが
授乳・着替えのできる
スペース(女性用)はこちらです



べんとうるい きげんひょうじ
弁当類 (期限表示のあるものは)

- 期限表示を確認！
- 保管場所は冷暗所！



- 配給時には、当日消費と食べ残し廃棄の呼びかけを。



たきだ ひん ば
炊出し品 (その場でつくったものは)

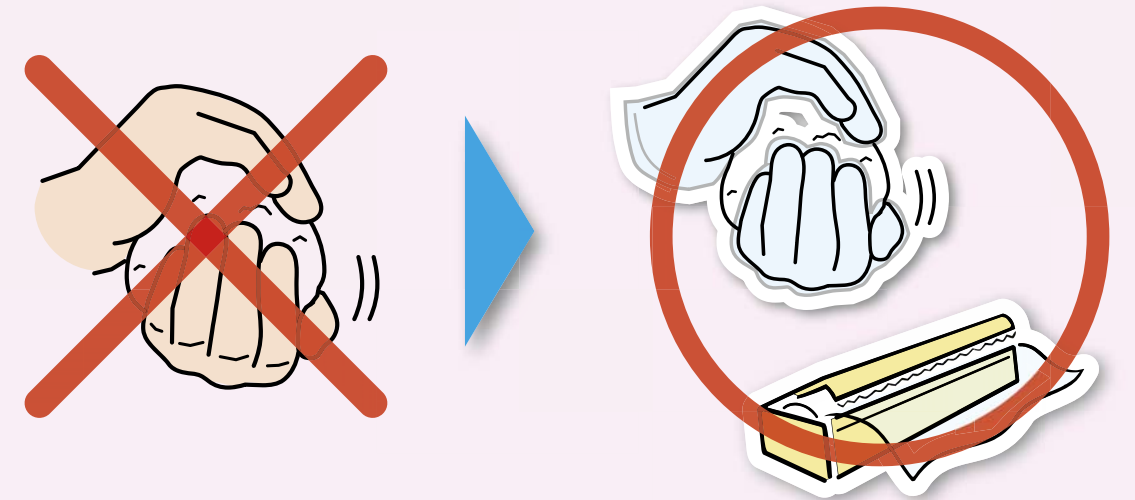
- 食べきれぬ量を配布して、早めに食べるよう呼びかけを。



食品の取扱いに注意!

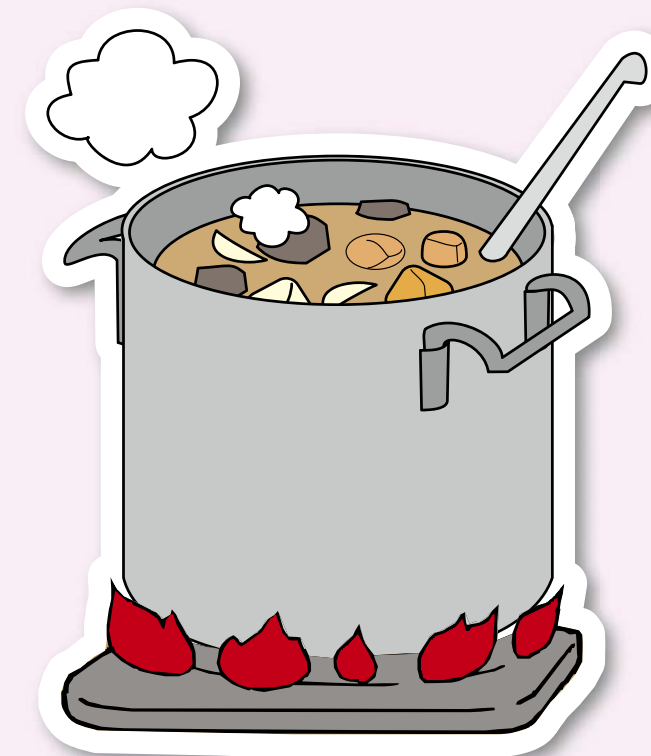
おにぎりを握る場合など、食品に触れるときには

- おにぎりを握る場合など、食品に触れるときにはビニール製使い捨て手袋やラップを使用する等極力素手で行わないように注意してください。



加熱調理品は

- 加熱調理品は十分加熱し、火が通っていることを確認しましょう。



調理器具・食器は清潔に

消毒をこころがけましょう



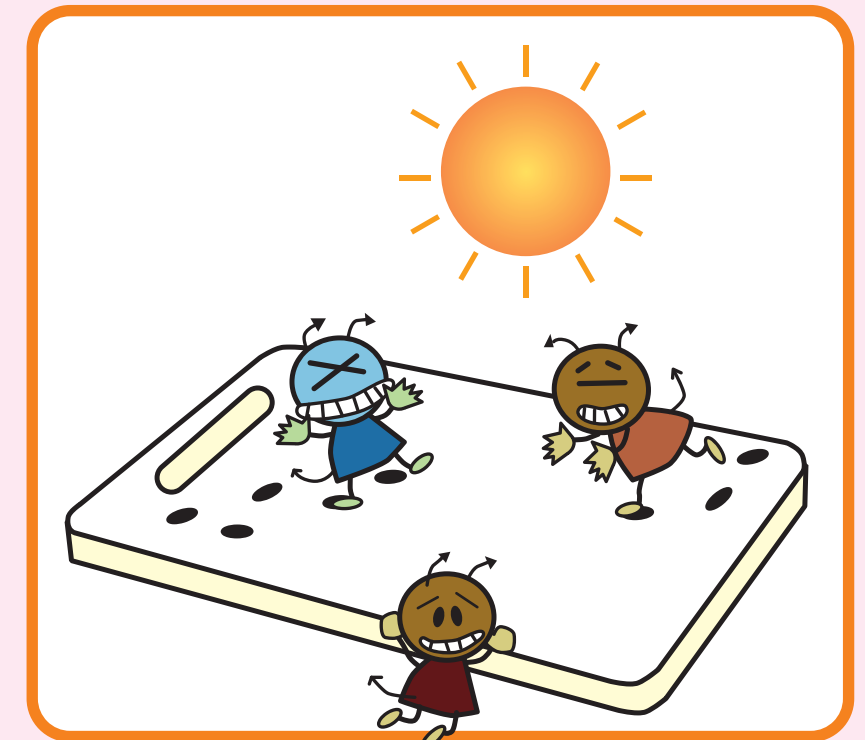
熱湯で

包丁、まな板、ふきん等は
100度前後で3分以上



薬剤で

家庭用塩素系漂白剤使用
(ハイター、ブリーチ等)



日光で

十分乾燥させる

トイレの使用法

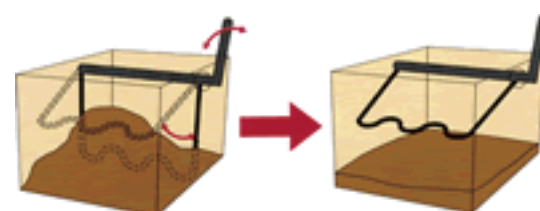


ごみ袋の使用

- 使用後のトイレットペーパー、生理用品は、便そうに入れず、ゴミ袋に捨てましょう。
- オムツは、便を便そうに入れてから、ゴミ袋に捨ててください。

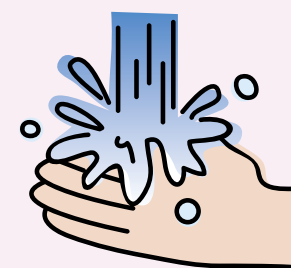
クラッシャーの使用

- 排便後、便をならすクラッシャー（便そう内のかきまぜ棒）で細かくしてください。



使用後

手を洗い
ましょう。



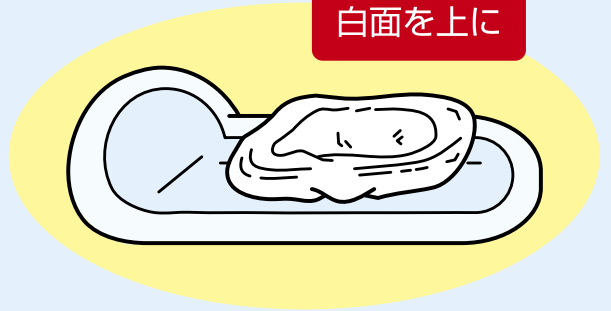
管理者へのお願い

- ※ 液体分がたまったら、固液分離器のポンプで液体を排出してください。
- ※ ごみ袋は、適宜取り替えてください。
- ※ 夜間使用時のシルエットを防ぐために、内側から新聞紙等で遮光しましょう。

パック式トイレの便袋は、 便器に置いて使うことができます

1 便袋を、広げます。

凝固紙
白面を上



2 ぎょうこし凝固紙は、白面を上にして、きっちり底へ敷いてください。

※凝固紙がついているもの、凝固紙をふりかけるものがあります。

3 用便後は、便袋の空気をぬいて口をしぼる。
（上部ミシン目をきりはなすと口むすびひもになります。）二重に結ぶとより安心です。

むすびひも



4 ごみ袋にすててください。

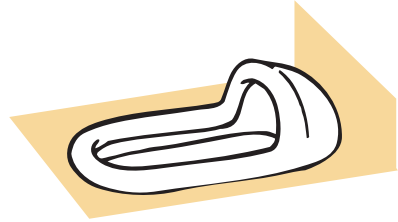


みんなの協力できれいなトイレを!!

トイレの使用方法

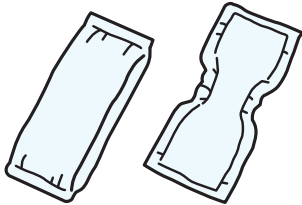


使用后

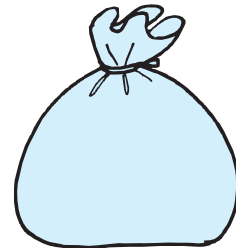


トイレットペーパー

便そうにすてる

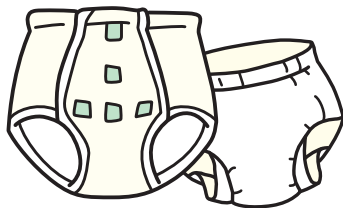


便そうには入れない

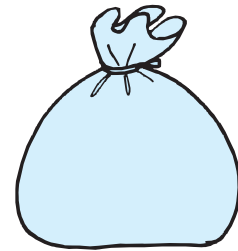


生理用品

ごみ袋にすてる



便は便そうに
入れる



オムツ

オムツはごみ袋へ



利用後、
手を洗い
ましょう。

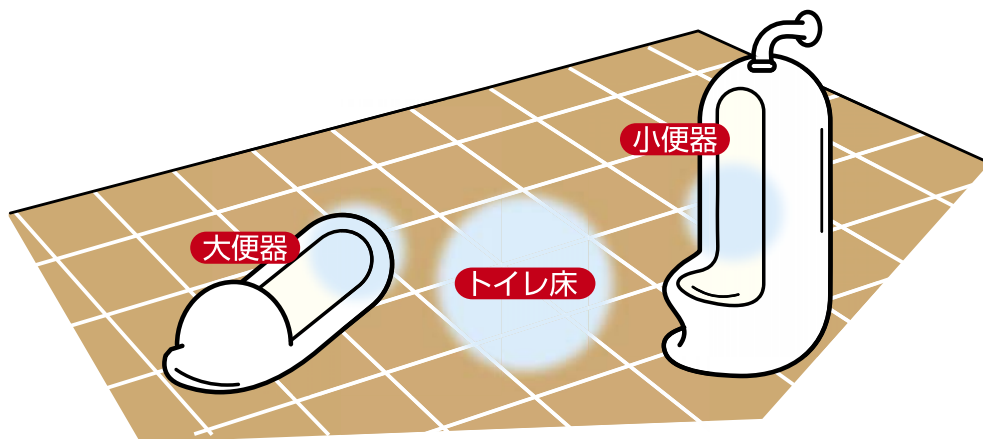
みんなの協力で
きれいな
トイレを!

トイレの消毒方法

便器・床

便器・床の洗浄後消毒する場合には、どちらかの薬品を換気に注意しながらつかいましょう。

| 製 剤 | 原 液 | 水 | 希釈倍率 | 注 意 点 |
|-------------------------|-----------|-------|------|--------------|
| 家庭用塩素系漂白剤 (塩素濃度5%程度) | 60ミリリットル | 3リットル | 50倍 | 酸性洗浄剤との接触は危険 |
| クレゾール石けん液 | 100ミリリットル | 3リットル | 30倍 | |



MEMO

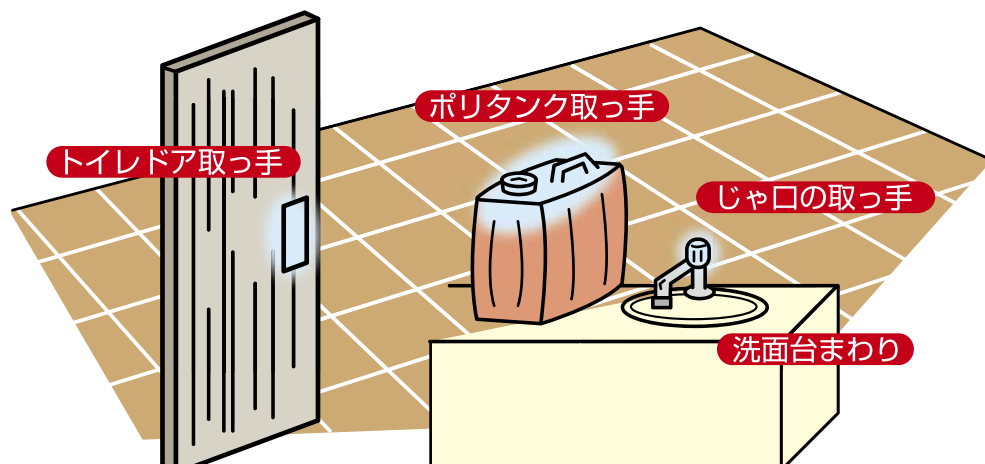
- ペットボトルのキャップ1杯は、約5ミリリットル
- 感染症発生時には、次亜塩素酸ナトリウム消毒が必要。

トイレドア・じゃ口の取っ手等

清掃後消毒する場合には、アルコール等をご使用ください。

※感染症が発生した場合には、次亜塩素酸ナトリウム消毒(フキンで拭取)が必要

| 製 剤 | 原 液 | 水 | 希釈倍率 | 注 意 点 |
|-------------------------|----------|---------|------|--------------|
| 家庭用塩素系漂白剤 (塩素濃度5%程度) | 10ミリリットル | 2.5リットル | 250倍 | 酸性洗浄剤との接触は危険 |



MEMO

- ペットボトルのキャップ1杯は、約5ミリリットル
- 金属部分に使用した場合には、腐食防止のため10分後に水拭きしてください。

トイレ



災害時のごみの管理について

ごみはきちんと分別してすてましょう!!

●生ごみ は、水分を切ってからすてます。



燃やすごみ

●袋の口は、しっかりしばりましょう。



汚物ごみ

【通常の分別と同様に！】

プラスチック製
容器包装



古紙



缶・ビン・ペットボトル




資源物

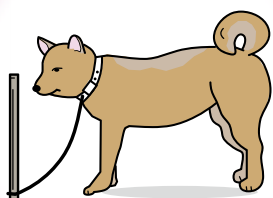
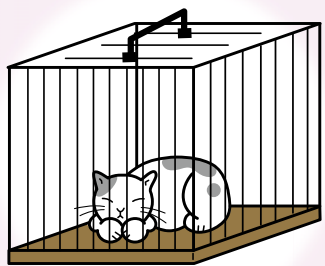
汚物ごみにすてるもの


- ① ^{ぎょうこざい}凝固剤で固めた便（人、ペット）
※凝固剤で処理をしない便は、仮設トイレの便そうにすててください。
- ② 便の処理に使ったトイレットペーパー（ペットの便も含む）
- ③ オムツ、生理用品
※オムツに便がある場合には、便は仮設トイレの便そうにすててください。


ペットの飼い主の皆様へ


避難所には、動物が苦手な方や動物のアレルギーを持っている方もいらっしゃいます。人と動物が少しでも気持ちよい環境で過ごせるように、次のルールをお守りください。

- 
 ペットは決められた場所になくか、ケージに入れて飼育してください。



- 
 ペットの排泄物は、飼い主が責任を持って始末し、分別廃棄してください。

- 
 ペットを居住スペースに持ち込むことや放し飼いはご遠慮ください。

- 
 ペットの体や飼育場所、ケージ内は清潔に保つようお願いします。



ふん

仮設トイレ

処理に使用したビニール袋、ティッシュなどの汚れたゴミ

- トイレのゴミ袋へ
- ゴミ集積所の汚物ゴミへ



この避難所の動物飼育場所は、

です。

この避難所の汚物ゴミ集積所は、

です。