**食中毒に注意しましょう**

　暑い日が続き、避難生活も大変のことと思います。体が疲れて弱ってくると、おなかを壊しやすくなったり、体調をくずしやすくなります。

　食中毒の起きやすい時期でもありますので、食事をされる時には以下のことに注意していただき、健康管理には十分気をつけてください。

**最も大事なことは　手洗い！**

[](https://www.google.co.jp/imgres?imgurl=https://www.pref.yamagata.jp/ou/kankyoenergy/020071/05/noro02.jpg&imgrefurl=https://www.pref.yamagata.jp/ou/kankyoenergy/020071/05/noro.html&docid=KKfq7XyMH9ygGM&tbnid=KBfdaoPcUuYlRM:&vet=10ahUKEwjgw5jNnsrgAhXEdd4KHV5FCFsQMwi_ASgyMDI..i&w=304&h=307&bih=598&biw=1366&q=%E9%A3%9F%E4%B8%AD%E6%AF%92%E3%82%A4%E3%83%A9%E3%82%B9%E3%83%88&ved=0ahUKEwjgw5jNnsrgAhXEdd4KHV5FCFsQMwi_ASgyMDI&iact=mrc&uact=8)

　食事の前、トイレの後は、手をよく洗い、備えつけのアルコールスプレーで消毒をしましょう。

**食品には食べられる期限が決まっています！**

[](https://www.google.co.jp/imgres?imgurl=http://create.t-koni.net/Hea10-4.jpg&imgrefurl=http://create.t-koni.net/Hea10.html&docid=YCO0kw2d1yAPDM&tbnid=Ll23OEjzletFfM:&vet=10ahUKEwis6rz1nsrgAhWSfXAKHZyRDT0QMwhnKBwwHA..i&w=340&h=328&bih=598&biw=1366&q=%E9%A3%9F%E4%B8%AD%E6%AF%92%E3%80%80%E6%9C%9F%E9%99%90%E3%80%80%E3%82%A4%E3%83%A9%E3%82%B9%E3%83%88&ved=0ahUKEwis6rz1nsrgAhWSfXAKHZyRDT0QMwhnKBwwHA&iact=mrc&uact=8)

　配給された食品はいつまで食べられるかを確認

してから食べてください。また、期限の過ぎた食

品は、もったいないようですが、食べないように

してください。

**臭いなどに異常がないか確認して食べましょう！**

　配布するときに異常がないか確認していますが、弁当などは保存状態によっては傷みやすくなります。

　少しでもおかしいな、と思ったら避難所スタッフまで申し出てください。