**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！**



　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！**



　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。