

※安全対策チェックリスト※

● 事前説明

- ・ 事前説明を行うための資料作成、会場設営、スタッフの役割分担は出来ているか。
- ・ 参加者の健康状態、性格、体力などを把握する為の記入シートを準備したか。
- ・ 保険の補償内容、参加費用、キャンセル料について参加者に説明したか。
- ・ 体験活動を行う際のリスクの存在、および安全管理に関する自己責任の存在について告知・説明したか。

● 参加者の事前把握（～当日）

- ・ 過去の疾病把握。
- ・ 性格や好みについての把握。
- ・ アレルギーについての把握。
- ・ 体温、睡眠、便通などの体調把握。

● 体験フィールド、ホームステイ

- ・ 体験場所における危険箇所のチェックを充分したか。
- ・ 火災の際の非難ルートを参加者に教えたか。
- ・ 活動中のトイレ休憩、水分補給など、生活健康面への配慮がなされているか。
- ・ 施設における危険箇所および避難口のチェック。
- ・ 風呂場やトイレは清潔に保たれているか。
- ・ 調理場、食堂、食器類は清潔に保たれているか。
- ・ 家の周りに燃えやすいものや引火しやすい物が置いてないか。
- ・ 危険物（ガスカートリッジ、ガソリン、灯油等）はきちんと管理されているか。
- ・ 就寝時のガスの元栓、火元の消化確認担当者が決めているか。
- ・ 災害の危険について体験場所ごとにチェックしているか。

● 連絡体制

- ・ 緊急時の対応マニュアルを整え、全スタッフに周知徹底しているか。
- ・ 緊急時の連絡体制を整え、全スタッフに周知徹底しているか。
- ・ プログラム実施に関する諸機関との連絡体制は出来ているか。
- ・ 参加者家族と現地の連絡体制を整え、情報提供しているか。（事故の時以外は必要ない）
- ・ スタッフ間の連絡網。

● 事故発生時

- ・ けが人の救護（応急処置や救急車などの手配）訓練をしているか。
- ・ 救急法の訓練をしているか。
- ・ 応急手当用の救急箱は常に用意・点検しているか。
- ・ 緊急連絡先一覧表の携帯。
- ・ 施設保険の内容は。
- ・ 民家での怪我は担保されているか。
- ・ 病院、消防署、警察の連絡先、病院の休診日等を電話口に掲示しているか。
- ・ 停電時の連絡方法（電話以外）を決めているか。

※防火・防災についてのお願い※

標記につきましては、防火・防災の観点から、以下の点をご注意喚起いただきますようご協力をお願いいたします。

1. 忘れていませんか、火の元チェック

(1) 放火

- ・ 施設のまわりに燃えやすいものを置いていませんか。
- ・ ゴミは収集の朝に出していますか。
- ・ 物置には鍵をかけ、施設のまわりを明るくしていますか。

(2) たばこ（お客様への徹底含む）

- ・ 寝たばこはしていませんか。
- ・ 灰皿は縁どりの大きいものを使用し、水を入れていますか。
- ・ 吸殻をくずかごに捨てていませんか。

(3) コンロ（調理時）

- ・ 揚げ物中は、その場を離れていませんか。

(4) 火遊び

- ・ ライターは子供の手に届かない所に置いていますか。（仏壇等）
- ・ 子どもに火の恐ろしさを教えていますか。
- ・ 外出時は火を消していますか。

(5) 電気火災（コード・コンセント・プラグ）

- ・ プラグが熱くなっていませんか。
- ・ たこあし配線していませんか。
- ・ コード上に重い物をのせていませんか。

(6) ストープ（電気・ガス・石油）

- ・ つけたまま寝ていませんか。
- ・ ストープの上に洗濯物を干していませんか。
- ・ 火を消さずに給油していませんか。

2. 地震に備えよう

(1) 家具の固定

- ・ 家中の家具を固定しましょう。
- ・ タンスや食器棚など背の高い家具は倒れないように固定しましょう。
- ・ 家具の配置に注意しましょう。
- ・ 寝室には、背の高い家具を置かないように。

(2) 火を出さないように注意しよう。

- ・ 火気器具は日頃から点検し、分電盤やガスの元栓の位置を確かめておきましょう。
- ・ ドライヤーや電気ストーブなどの電気器具も使わない時はコンセントから抜いておきましょう。

(3) ブロック塀を点検

- ・ ブロック塀の倒壊による負傷の危険性があります。点検をして補修などの対策をしておきましょう。

(4) 施設の耐震診断を

- ・ 施設の設計図などにより耐震診断をしましょう。

※料理指導に際してのお願い※

料理の指導をなされる場合、食中毒防止の観点からも、以下の点につきまして注意喚起していただきますようご協力をお願いいたします。

1. 手洗いの励行

- ・ 外から帰ったとき、料理の前、食事の前、トイレの後、ペットに触れた後には石鹸でよく手を洗う。
- ・ 生肉や、魚、卵を扱ったときも手を洗う。

2. キッチン用品の洗浄

- ・ 包丁やまな板、皿、ボール、布巾などは必ずよく洗う。
- ・ また、熱湯や塩素系漂白剤で消毒を行う。

3. 食品の購入

- ・ 肉、魚、野菜などの生鮮食品は、新鮮なものを購入する。
- ・ 消費期限などの表示のある食品は日付をよく確認する。
- ・ 肉や魚など肉汁や水分がもれないように持ち帰る。
- ・ 冷凍や冷蔵が必要な食品はできるだけ早く持ち帰る。

4. 家庭での保存

- ・ 冷蔵や冷凍が必要な食品はすぐに冷蔵・冷凍庫にしまう。
- ・ 他の食品に肉汁がかからないようにするため、肉や魚は容器等に入れる。
- ・ 冷蔵庫、冷凍庫の温度管理に注意する（冷蔵庫は10度、冷凍庫は-15度に設定します）。

5. 下準備

- ・ 生肉や魚を切った包丁やまな板は果物や野菜などを生食する食品や料理の終わった食品には使わないように注意する。
- ・ 包丁やまな板は肉用、魚用、野菜用と使い分けするようにする。
- ・ 井戸水を利用している家庭では水質に十分注意する。

6. 調理

- ・ 調理をするときは、中心部まで充分加熱する。
- ・ 冷凍したハンバーグなどは内部まで熱が通っているかどうか確認する。
- ・ 電子レンジを使うときは、フタを使い、熱の伝わりにくい時はときどきかき混ぜる。

7. 食事

- ・ 清潔な手で清潔な器具を使い、清潔な食器に盛りつける。
- ・ 調理前、調理後の食品を室温で長い時間放置しないようにする。

8. 残った食事

- ・ 残った食品はきれいな容器に保存する。
- ・ 冷蔵する場合は早く冷えるよう浅い容器に小分けする。
- ・ 残った食品を温め直す時は、75度を目安に充分加熱する。
- ・ 時間が経った食品は捨てる。

！ 食品・衛生について ！

農家・漁家での受入の場合は、児童と一緒に料理づくり体験をすることになります。受入家庭はケガや事故などと同様に、食品・衛生についても細心の注意と配慮が必要です。食中毒は適切な管理と注意により防げますので、今まで以上に食品衛生意識を向上させましょう。

ひとりの油断やミスで起こった食中毒は地域全体の信頼を無くしてしまいます

食中毒、O157、ノロウイルスの予防方法

台所に用意
するもの

- エンボス手袋(お肉や魚をあつかう際に菌が付着しない配慮)
- アルコール消毒(スプレー式がおすすめ)

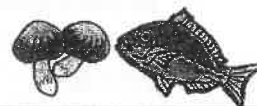


食物
アレルギー
が出る食品

表示義務7品目：卵、小麦、そば、乳、落花生(カレールーにも含まれる)、えび、かに
表示推奨20品目：あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイ、牛肉、くるみ、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、バナナ

■ 食品の購入について

1. 生鮮食品は新鮮な物を購入する。表示のある食品は消費期限を確認し、魚介類やキノコ類の購入にあたっては、毒のあるものを避け、種類の不明な物は使わないこと。
2. 肉汁や魚など水分が漏れないようにビニールなどに分けて入れること。
3. 冷凍食品などは買い物の最後に購入し、直ちに持ち帰るようにすること。



■ 食品の保存について

1. 冷蔵・冷凍の必要のある食品は、持ち帰ったら直ぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れること。
2. 冷蔵庫や冷凍庫での保存は概ね庫内の70%程度の量にしておくこと。
3. 冷蔵(冷凍)庫は定期的に清掃・消毒すること。
4. 肉・魚・卵などを取り扱う時は、取り扱う前後に必ず手洗いをする事。
(卵は洗ってから冷蔵庫へ入れること。)



■ 料理の下準備について

1. まず始めの手洗いは、手首からこすり合わせるようにすること。
2. 手指に傷や手荒れがあると、細菌がたくさん付着しているので、直接食品に触れないこと。又長い爪や指輪・時計と手指の間にも細菌が付着しているので、爪を短くし、調理前には指輪や時計を外すこと。
3. 魚介類・肉類・野菜類はそれぞれ専用の包丁・まな板を用意し、生の肉や魚を切った後には包丁やまな板を洗い、熱湯をかけた後に使用すること。
4. 冷凍食品の解凍は、室温では食中毒菌が増殖する場合があるので、冷蔵庫内や電子レンジで行うこと。

■ 調理について

1. 台所は常に整理・整頓し、清潔にすること。
2. 食品の中心まで熱が入るように加熱すること。目安は中心温度が85℃で1分以上加熱すること。
3. 料理を中断するときは、冷蔵庫で保管すること。

■ 食事について

1. まず、始めに手洗いをする事。清潔な手、器具を使い、清潔な食器に盛りつけること。
2. 食器類・調理器具は洗浄・熱湯消毒を充分に行うこと。
3. 温かく食べる料理は常に温かく、冷やして食べる料理は常に冷やしておくこと。
4. 目安は温かい料理は65℃以上、冷やして食べる料理は10℃以下。
(例えば、O157細菌は室温でも15~20分で2倍に増える。)
5. 食品を調理した後はできるだけ早く食べること。料理の作り置きはしない。
6. 生水・生ものは提供しない。(井戸水は一旦沸騰させ、湯冷ましにしておくこと。)



■ 残った食品について

1. 残った食品は清潔な容器を使って保存すること。
2. 温かいうちに冷蔵庫には入れないこと。早く冷えるように小分けして保存すること。
3. 臭いや粘り気などちょっとでも怪しいと思った食品は廃棄すること。

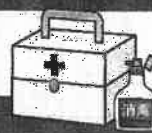
! フィールド・屋内での安全管理の徹底について !

現場では、多くの体験(農作業や食事づくり、いなか暮らし等)を行うことから、事故が発生する確率(リスク)は高いと言わざるを得ません。しかし、リスクを気にしすぎると、ほんものの体験ができず、充実した教育旅行の組み立ては困難であるともいえます。危険を予測して対策をとり、事故を未然に防いで安全管理を心掛けていきましょう。

安全対策 10ヶ条

1 使用する機械・器具の取扱いは再度マスターしておく

体験作業の中で様々な機械や器具を使うことがあるが、事前に取り扱い方法や危険な点を十分に把握し、使用中は周囲の状況に配慮すること。



2 体験プログラムの危険予測・危険箇所の把握をして、予防と対策を

体験等で使用するフィールドを事前に確認し、荒天時や万一を予測して危険箇所を把握し、対応策や代替策を事前に検討する。救急医療セットの準備も怠りなく。(7ページの救急セットを参考に)体験受入地の「確認は受入の「1ヶ月前」、「1週間前」、「前日」、「当日朝」と何度も点検を」

3 体験施設やその周辺の整理・整頓をしておく

ケガや事故の防止だけでなく、火災等の災害発生時の避難の妨げにならないように整理整頓を心がけておく。

4 体験に必要な道具や施設は日頃からメンテナンスを

日頃から道具類、機器、施設・設備に関するチェックと定期的なメンテナンスを行い、危険箇所は直ちに改善・改修を行っておく。



5 悪天候を想定して、代替プログラムも考えておく

屋外での体験は、悪天候等により実施できないことを考慮して、屋内等でできる代替プログラムを事前に用意しておく。(荒天時は無理な屋外体験を実施しないようにするためにも代案の用意を)

6 受入前に夫婦・家庭内でもミーティングを。当日は児童と一緒に楽しむ

受入前に体験プログラムや食事、受入生徒の健康状態やアレルギー等について夫婦間・家族でもミーティングをする。(ペットについても対応を話合っておく)教育旅行を受け入れるには多くの不安や緊張がつきまとうが、受入側が明るく楽しく活動しなければ児童も楽しめないのと一緒に楽しく楽しむ。時には叱ることも大切!叱り方も考えておくこと。



7 地域の方たちにも一声かけて、協力をお願いしておく

地域や近隣の方へも児童達が来ることを伝え、受入会員同士とは、常に意思の疎通を図り、仲良く、小さなことでも相談できるよう心がける。

8 受入生徒を交えてオリエンテーションをする

児童が各家庭に着いたら、まずオリエンテーションを行う。学校から提供された健康状態確認表の内容把握や他に不安や心配事がないかなどを確認。その時に顔色などもさりげなく観察しておく。



9 緊急連絡網の整備

万が一の際の連絡先を整理した一覧表は(巻末を参考)、お家の見やすい場所に掲示しておく。できれば、携行用のハンドブックを車にも搭載しておく。

10 救急車の要請と医療機関の受診

児童が傷病や体調不良など、突発的な加療や受診が必要になることがあるので、日頃からかかりつけの医療機関とも良好な関係を築いておく。万一、事故や緊急事態が発生した場合はすぐに救急車の要請(119番)または医療機関へ連絡し、応急処置の指示を仰ぐとともに受診させること。



●安全の確認は、児童の視点(大人より30〜40cm低い視線)で再点検しておきましょう。

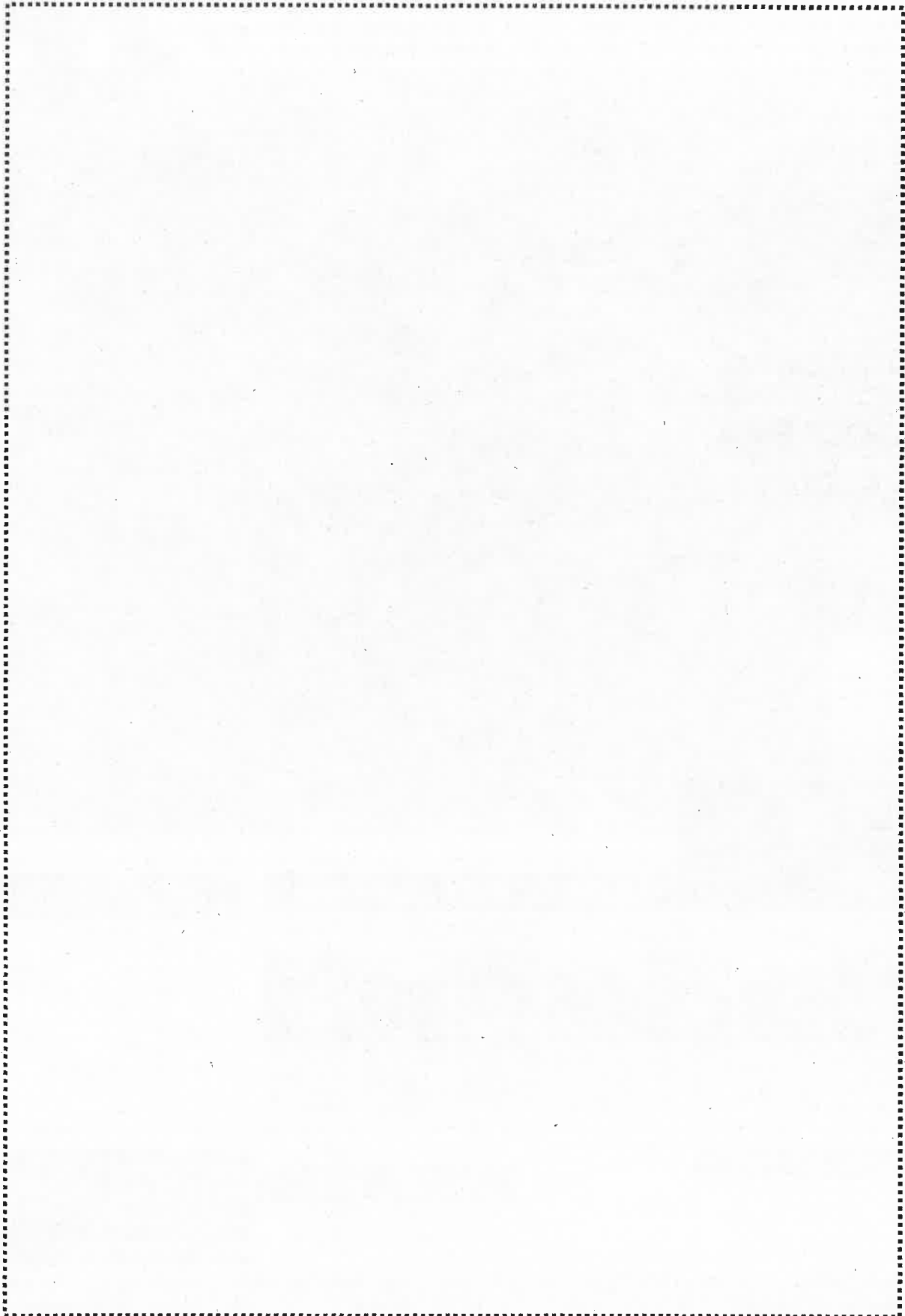
災害時避難施設リスト

NTT災害用伝言ダイヤル『171』

地区		屋号	大雨災害時	地震災害時
小林1班	1	★班長 松ちゃん家	西小林地区体育館	小林総合運動公園
	2	生駒ファーム	西小林地区体育館	小林総合運動公園
	3	里山花音	西小林地区体育館	小林総合運動公園
	4	コッコの宿	細野小学校体育館	JAこばやし駐車場
	5	えみちゃん家	細野小学校体育館	JAこばやし駐車場
	6	虹の杜	幸ヶ丘小学校	小林総合運動公園
	7	マンゴーファーム&ワンニャンハウス	細野小学校体育館	JAこばやし駐車場
小林2班	8	班長 かずちゃんの家	三松小学校体育館	小林秀峰高校グラウンド
	9	杉の子	三松小学校体育館	小林秀峰高校グラウンド
	10	たっちゃんのだ	三松中学校体育館	小林秀峰高校グラウンド
	11	くぬぎ	三松小学校体育館	小林秀峰高校グラウンド
	12	けやき	三松地区体育館	小林秀峰高校グラウンド
小林3班	13	班長 きんかんや	真方地区体育館	中央消防署広場
	14	葡萄の樹	永久津地区体育館	小林総合運動公園
	15	農家の宿くらの宿	永久津地区体育館	小林総合運動公園
	16	むっちゃんの宿	真方地区体育館	中央消防署広場
	17	班長 へぶん子の宿	永久津地区体育館	小林総合運動公園
	18	いちごの丘	真方地区体育館	中央消防署広場
野尻1班	19	★班長 和熟の里	栗須小学校体育館	栗須小学校グラウンド
	20	みかんや荘	栗須小学校体育館	栗須小学校グラウンド
	21	くまのかくれ家	栗須小学校体育館	栗須小学校体育館
	22	しいちゃん家	野尻小学校体育館	野尻小学校グラウンド
	23	まりちゃん家	栗須小学校体育館	栗須小学校グラウンド
野尻2班	24	班長 のんびり庵	紙屋老人福祉館	紙屋小学校グラウンド
	25	おひさま	野尻小学校体育館	野尻小学校グラウンド
	26	おしげさんの宿	農村環境改善センター	大塚原運動広場グラウンド
須木地区	27	★班長 くすの樹	内山地域福祉センター	内山地域福祉センターグラウンド
	28	みっちゃんの家	夏木公民館	夏木公民館グラウンド
	29	こうやまきの里	鳥田町小学校体育館	鳥田町小学校グラウンド
	30	夢追い人のくらやみ道場	夏木公民館	夏木公民館グラウンド
高原1班	31	★班長 むらうちさん家	蒲牟田活性化センター	高原中学校グラウンド
	32	皇子の里	北狭野神武ふるさと館	狭野小学校グラウンド
	33	small-field	北狭野神武ふるさと館	狭野小学校グラウンド
	34	ポニーの宿	下後川内多目的集会施設	後川内小学校グラウンド
高原2班	35	班長 つばきの里	上広原地区多目的活動施設	広原小学校グラウンド
	36	霧島展望の宿	下広原構造改善センター	広原小学校グラウンド
	37	かもちゃんハウス	下広原構造改善センター	広原小学校グラウンド
えびの1班	38	★班長 虹いろ農園	上江コミュニティセンター	上江地区体育館駐車場
	39	まつくぼ工房	上江地区体育館	上江地区体育館駐車場
	40	カルデラの園	加久藤小学校体育館	加久藤小学校グラウンド
	41	里山・北樹園	上江地区体育館	上江地区体育館駐車場
えびの2班	42	班長 東の里山	飯野駅前地区体育館	飯野駅前地区体育館駐車場
	43	ひなたぼっこ	飯野駅前地区体育館	飯野駅前地区体育館駐車場
	44	友ちゃんの宿	加久藤中学校体育館	加久藤中学校グラウンド
	45	さと子のおうち	真幸地区体育館	真幸地区体育館
えびの3班	46	班長 米ちゃんハウス	芋畑コミュニティセンター	芋畑コミュニティセンター
	47	くにちゃんち	大河平小学校体育館	大河平小学校グラウンド
	48	田舎家 風流里	大河平小学校体育館	大河平小学校グラウンド
	49	さと山 秋路	大河平小学校体育館	大河平小学校グラウンド
	50	山の上の星空ハウス☆	芋畑コミュニティセンター	芋畑コミュニティセンター
えびの4班	51	班長 百姓の宿 鬼が島	上江地区体育館	上江地区体育館駐車場
	52	ほたるの郷	上江地区体育館	上江地区体育館駐車場
	53	笑美農市場	飯野中学校体育館	飯野中学校グラウンド
	54	山風農園	芋畑コミュニティセンター	芋畑コミュニティセンター

北きりしま田舎物語推進協議会

MEMO



Map of Taiwan showing the locations of the 22 counties and cities. The map is labeled with the names of the administrative regions in Chinese characters.

この図は、富士山の噴火警戒レベルに応じた立ち入り禁止区域を示しています。

噴火警戒レベル2
発令時の立ち入り禁止区域
(火口から半径1km以内)

噴火警戒レベル3
発令時の立ち入り禁止区域
(新燃岳:火口から半径2km以内)
(御鉢:火口から半径2.5km以内)

噴火警報<入山危険>発令時の立ち入り禁止区域
(火口から半径2km以内)

平常時の立ち入り禁止区域
(火口内は立ち入り禁止)

図中の記号は以下の通りです。

- 〓 主要道路
- 〓 登山道
- 噴火警戒レベル2が発令した場合の立ち入り禁止区域
- 噴火警戒レベル3が発令した場合の立ち入り禁止区域
- 噴火警報<入山危険>が発令した場合の立ち入り禁止区域
- 大噴火警戒レベルが発令した場合の立ち入り禁止区域
- 立ち入り禁止区域の中心点

スケール: 2km

湧池　約400年前の噴火でできた。湧きの水によって、三方から湧き出る湧き水が、島内最大・全日本有数の湧き水とされている。その水は天然ミネラルを含み、都道府県産品として認定された湧き水の宝庫であるといわれる。昔ながらの湯治場としても利用されている。湧き水の温度は、加わっている豊後大丸山の麓の湧き水と比べると、約1℃低い。

噴火年	噴火地所	噴火内容	被害状況
788年	磐梯	岩谷流、火山灰流	
1235年	磐梯	噴石、火山灰流、溶岩流	
1566年	磐梯	噴石	死者多数
1716~1717年	新燃岳	噴石、火山灰流、火山泥流	死者数千人以上 （伊豆、静岡方面）
1768年	筑前山	岩谷流	
1885~1900年	磐梯	噴石	死者7名
1923年	御碕	噴石	死者1名
1959年	新燃岳	火山灰、水蒸気噴霧	
1991年	新燃岳	火山灰	
2009年	新燃岳	火山灰	

噴火警戒レベル導入火山＜新燃岳・御鉢＞では、5段階のレベル（キーワード）で、
噴火警戒レベル未導入火山＜えびの高原周辺・大幡池＞では、4種類のキーワードで、
気象庁より噴火警報・予報として発表されます。

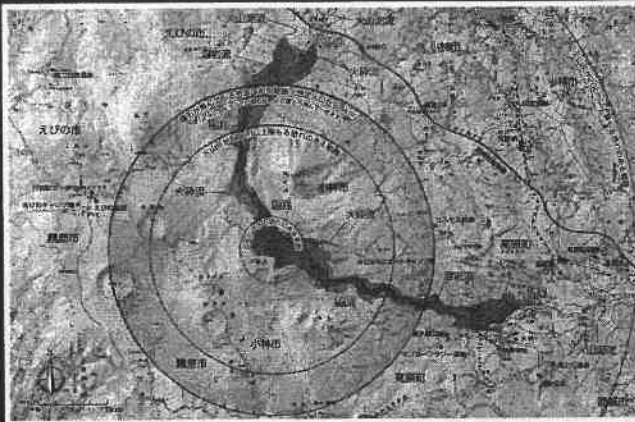
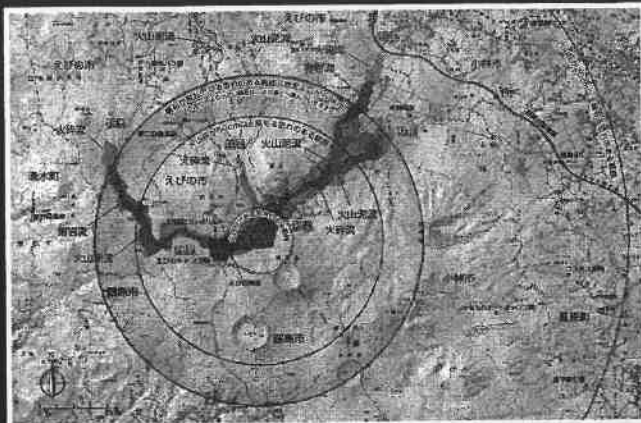
火山活動が活発化し、
避難が必要な場合は、各自治体より
避難情報の伝達がなされます。
指定された避難所へ避難してください。

火山活動が活発化し、
避難が必要な場合は、各自治体より
避難情報の伝達がなされます。
指定された避難所へ避難してください。

136

この手続図は、鹿児島県防災対策委員会（平成19年度）による火山災害予測国境検討分科会の成果に基づいて作成したものである。

大幡池が火口となった場合



御鉢が火口となった場合

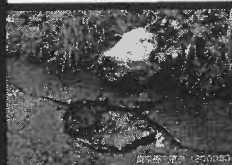


噴火の可能性の高い範囲は、霧島上空の風が年間を通し西から吹いているため、火口の東側になります。ただし、風向きで、どの方向にも噴火する可能性があり、全方向について噴出した場合の厚さを示しています。

※宮内した種々の書籍や図鑑は、多くの書房から選定したもので、
図鑑中の掲載する「種名管理システム」について示したとおりではありません。
これは図鑑の「種名」にともなう掲載は、その図鑑が完全ではありません。

 主路以数米、10米为距
 主路以数米、10米为距
 副路道路 (10米宽)
 副路道路 (10米宽)

火山泥流



噴火によって岩石が、火口から勢いよく大空に飛び出し、高速で地上に落下したものを噴石といいます。噴石は、どの方向にも飛んでいき、火口に近いほど量が多く、サイズも大きくなります。大きなものだと崖根に穴が空き、熱いので火事になることもあります。



高温の溶岩片、火山灰、火山ガスなどが混ざりあって、周囲に熱風を伴いながら斜面を高速に流下する現象を火砕流といいます。高温で草よりも早く、全ての建物や動植物に破壊的な被害を与える大変危険な現象です。火砕流に遭遇すると逃げることはできません。

マグマが火口から流出し、斜面を流下する現象を溶岩流といいます。低い場所を選んで、通り道にある建物や樹木は焼かれ、火事になることがあります。溶岩流の速度は遅いため、落ち着いて避難することができません。



噴火によって火砕物が火口から巻き上げられ、地上に降下したものを降灰(降下火砕物)といいます。上空に風に乘って広範囲に拡散します。また、大量に降灰が堆積した場合には、農作物の被害や車が走れなくなるなど、生活に大きな影響を与えます。



不動池、大観音御池、大樋池、新燃岳のように、火口湖で噴火が起きると火口湖が決壊し、大釜の水が火山灰、石や砂を巻き込みながら、高速度で流れることがあり、これを火口湖決壊型火山泥流といいます。流れは勢が強く、破壊力も大きいため広範囲に被害が及ぶことがあります。

平常時（噴火警戒レベル1）のときには

- 霧島山の噴火の歴史や噴火の特徴について
知っておきましょう。
- 家族で避難場所や避難路について、
話し合っておきましょう。
- 避難時に危険な箇所を、
事前に把握しておきましょう。



●非常持ち出し品の準備をしておきましょう。

噴火警戒レベル

- テレビやラジオ、防災無線などを聞いて、正しい情報を得ましょう。
- デマには惑わされないようにしましょう。
- 避難のための準備を進めましょう。
- 電気・ガスの元栓を確認しましょう。

噴火警戒レベル

- 自治体からの避難勧告・避難指示に従いましょう。
- お年寄りや病人など、手助けが必要な方々の避難を助けましょう。
- 慌てずに落ち着いて行動しましょう。
- 戸締まり、貴重品を忘れないようにしましょう。
- 落ち着いたら親戚や知人へ避難場所などを伝えましょう。

《都城市役所》 0986-23-2111(代)
 《高原町役場》 0984-42-2111(代)
 《小林市役所》 0984-23-1111(代)
 《えびの市役所》 0984-35-1111(代)
 《湧水町役場》 0995-74-3111(代)
 《霧島市役所》 0995-45-5111(代)
 《曾於市役所》 0986-76-1111(代)

正しい手洗いで

STOP食中毒!!

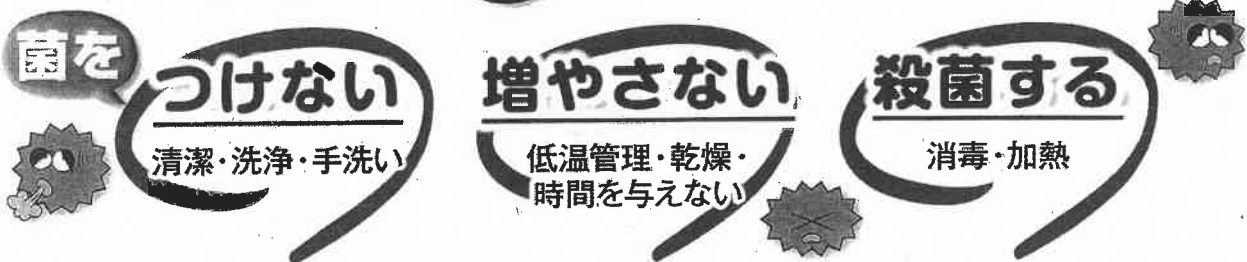


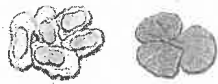
でげでげは
いかんよー



食中毒を防ぎましょう

予防の3つのポイント



種類	名称	原因となる食品	予防のポイント
ウイルス	ノロウイルス 回復後も、2週間はウイルスを排出するので注意	- カキ、ハマグリなどの二枚貝 - 調理する人の手で汚染された食品 	- 食材を十分に加熱する。 - 手指、調理器具を十分に洗浄・消毒する。 
細菌(感染型)	サルモネラ属菌 小児・高齢者に死亡例あり	- 鶏卵、食肉及び加工品、淡水魚 - 二次的に汚染された食品 	- 卵や生肉は必ず冷蔵庫で保存し、加熱調理は十分な温度で行う。 - 卵の割り置きは避ける。 - 生肉の調理後は、手指と器具を十分に洗浄・消毒し、二次汚染を防止する。 
	腸管出血性大腸菌 牛などの家畜の腸管内に生息し、毒力の強いベロ毒素を産生	- 人や動物の糞便から菌がついた食品 - 加熱不十分の肉・レバー 	- 食材の低温管理 - 肉類やレバーは中心部までしっかり加熱する。 - 生肉の調理後は、手指と器具を十分に洗浄・消毒し、二次汚染を防止する。 
	カンピロバクター 少量の菌でも食中毒を起こす	- 鶏肉(鳥たたき等の半生肉) - 二次的に汚染された食品や飲料水 	- 生肉と調理済みの食品は、別々に保管する。 - 肉類の生食は避け、十分に加熱をする。 - 手指、調理器具を十分に洗浄・消毒する。 
細菌(毒素型)	黄色ブドウ球菌 自然界に広く分布し、人の傷口や鼻、手指にも!	- 穀類の加工品、弁当、おにぎり(主に家庭で調理されたもの) - 調理パン、菓子類 	- キズや化膿創のある手では絶対調理をしない。 - 手指を十分に洗浄・消毒し、身体・衣類を清潔に保つ。調理中は髪や鼻などを触らない。 - 菌が増殖し毒素を出すと加熱しても消えないので、常温で放置された食品など疑いのあるものは廃棄する。 
	ウェルシュ菌 大量に調理された食品中(酸素が少ない状態)で菌が増える(嫌気性菌)。他の食中毒菌と比較して発育が早い	- カレー、シチュー、肉や野菜の煮物 - これらを使用した弁当、仕出し関連食品 	- 煮物、食肉等の調理には十分熱を通すこと。 - 調理後は早めに食べること。 - 加熱食品は短時間で冷却した後、低温保存。 - 弁当、仕出し、集団給食施設は要注意。 

(公社)宮崎県食品衛生協会・各保健所・各地区食品衛生協会