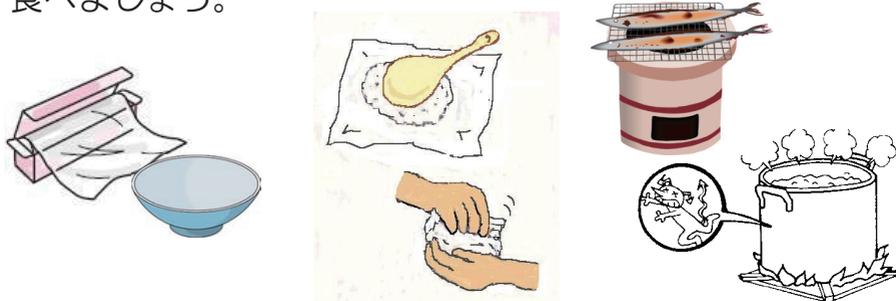


## 調理時の注意！

- お皿やボウルなどは、直接食品を入れないで、ラップ等をかけて使用すると、洗わなくても、何度も使用できます。
- おにぎりは、直接手が触れないよう、ラップでにぎりましょう。
- 加熱調理できる場合は、しっかり火を通して食べましょう。



## 配布食品の注意！

- 配られたお弁当等は、消費期限を確認しましょう。
- 異常（異味・異臭・変色など）を感じたら、食べないで、避難所等の管理者に連絡しましょう。
- 一時保管する場合は、直射日光を避け、涼しい場所で行いましょう。
- 食べ残した食品は、もったいないですが思い切って捨てましょう。
- 缶詰やレトルト食品も開封後は、早めに食べましょう。
- 食事の後、下痢や嘔吐など体調を崩した時は、すぐに、医師に受診するとともに、管理者や保健所職員に連絡してください。

