**《参考資料３：衛生管理、食事管理、健康管理などのルール例》**

**管理のルール**

|  |  |
| --- | --- |
| **衛生管理** | □　手洗い場（洗面場）と調理場は分ける。  □　配食時など食べ物に触れる時には、必ず手洗い、消毒する。  　　（なるべく、手袋等を使用して素手で食べ物に触れないようにする。）  □　マスクを用意する。  □　残飯などの生ゴミとそれ以外のゴミは分別して、また普段のゴミの分別のルールに  　　よって所定の場所に廃棄する。  □　汁物や残飯を捨てるバケツにはふたをする。  □　食べ残した残り物は捨てるよう指導する。  □　手洗い、うがいを徹底する（トイレや洗面台等の貼り紙で周知）。  □　清拭・足浴で清潔を保つ。 |
| **食事管理** | □　身体にやさしい食事（塩分控えめ、野菜多め）を心がける。  □　温かい食事の提供をなるべく早く実施する（炊き出しなど）。  □　時間を決めて食事をするようにする。  □　みんなで一緒に食べるよう心がける。 |
| **健康管理** | □　エコノミークラス症候群を防ぐため、１日５分体を動かす体操などの時間をつくる。  □　個人の健康管理についても注意喚起する。→ 口腔の衛生管理、喫煙，飲酒など。  □　アルコール依存症の発症を防ぐため、避難所では原則禁酒とする。 |
| **感染症予防** | □　インフルエンザ等による感染症を予防するため、手洗いを励行する。  □　水道が使用不可の場合は、擦式アルコール消毒による手指消毒で対応する。  また、霧吹きなどを活用するなど乾燥防止に努める。  □　トイレ前や手洗い場等に液体石けんやアルコール消毒※を配置する(子どもの手の届かない位置に設置)。  □　手拭き用にペーパータオル等を設置し、タオルの共用はしない。  □　アルコール消毒※・マスク・トイレットペーパー・ペーパータオル・使い捨て手袋の在庫状況を把握し、早めに物資班へ補充を依頼し確保する。  □　歯みがきとうがいを励行する。　　　　　　　　　　　　　　※医薬部外品使用 |
| **その他** | □　起床，消灯などの生活時間を決めておく（６時起床、２１時消灯）。  □　朝礼・健康体操の時間を決めておく。  □　掃除をする日や時間を決めておく。  □　掃除当番や配食当番等避難所の運営に、避難者が積極的に参加する。  □　人数確認（点呼）の時間を設定する。  □　避難所内は火気厳禁とする。  □　貴重品の管理について、自己責任で行うよう周知徹底する。 |