

特別編 感染症対策特集

8月の非常食情報は、特別編として過去に掲載したマンガを厳選して掲載いたします。

今回は「感染症対策特集」!

新型コロナウイルスに限らず、インフルエンザやノロウイルスなどの感染症は深刻な影響を社会に及ぼします。厄介な敵ですが、正確な情報に基づいて一人一人が行動することが大切です。



書籍「早わかり防災マニュアル」

日本出版制作センターから好評発売中!

- B6 変形判・236頁
- 定価：本体 1,650円 (税込)

日本出版制作センターの書籍販売サイトもどうぞご利用ください!

<https://www.center-net.jp/sales>

正しい手の洗い方

正しい手洗いの仕方知ってますか?

食事や料理の前はもちろん、外から帰ってきた時などもまめに行くと感染症防止になります

指輪や時計ははずしましょう

念入りに洗うところはここ!

指の間 せっけんを使ってね

手のひら 親指 手首 手の甲

30秒くらいかけて洗うのが目安です

よくすすいだら清潔な布でふきましょ

使いまわしタオルやエプソンでふくのはやめよう

インフルエンザに備えて

風邪の人多いね そろそろインフルはやるかな

急に寒くなったし 空気も乾燥してますね

インフルエンザに備えて非常食を備蓄するのも有効ですよ

大流行すれば感染防止のため買い物に行くのを控えるという事態も考えられます

感染して食事を作れないときだけでなく

消化によいおかゆや水分補給のための経口補水液など備えておくといいですね

マスクや手の消毒剤も買っておこうかな

避難所の過密対策

今災害が起きたら避難所は過密だし感染拡大するかも

テントや囲いで1人ずつ区切って間隔を開けるのが理想ですがそれでは全員収容しきれないですよ

政府はホテルや旅館を活用することも考えています

また知人や親戚の家に泊めてもらったり車中泊も一つの手段です

空き家なんか活用したらどうかな

そもそも自宅や会社が無事だったら避難所に行かなくていいんだよ

避難所の過密は以前から問題だったのでこれを機に解決するといいですね!

自宅を耐震工したり家具を固定するのも過密対策かな?

マスクは正しく使おう

マスクは正しく装着しないと意味がありません

<正しいマスクの付け方>

①上半分に鼻の形に合わせる

②半分に分ってからひたを伸ばす

③あごの下まで伸ばす

こんなのは間違い!

すき間がある

鼻を出している

サイズの合わない方には女性用、子供用もあります

あごにかけてまた元に戻す

使用したマスクには表面にウイルスがついてます

はずす時はマスクの表面ではなくひも部分を持ち、ふたのついたゴミ箱などに捨てましょう

その後手を洗うのも忘れず!

防災用品としてのマスク

マスクはまだ入手困難ですが意外と非常用持ち出し袋など防災グッズの中に入れていたりしますよ

本当? さっそく探してみよう

でもなんで防災バッグにマスクが入ってるの?

避難所で感染症が広まるのを防ぐためや

がれきのホコリ、火山灰を吸い込むのを防ぐ目的があります

女性はすっぴんを隠すことができる効果もあるようです

じゃあやっぱりまたマスクが流通するようになったら多めに備蓄するようにしなくちゃ

保存期限が設定されているものもありますので食品と同様にローリングストックすると良いですね

テイクアウトの食中毒を防ぐ

テイクアウトとかデリバリーを始めた飲食店が増えたけど食中毒が心配だね

お店で提供しているメニューをそのまま容器につめて出すだけでは食中毒のリスクが高い場合があります

例えこんなものはリスクです

生の野菜 ハーブ

牛の肉や魚

炊き込みご飯

生肉

生肉の皮付きのフルーツ

半熟卵

あたたかいご飯にふたをする

もちろん調味の際はマスクと手袋、ヘアキャップをして加熱したら急冷!

お客さんも買ったらずく食べるのが原則です

これってもしかしてお弁当作りにもあてはまる?

その通りです