

ほけん HIKOSAN保健だより やがいちょうりへん 野外調理編

英彦山青年の家の活動に野外調理があります。カレーライスやピザ、ホットドッグなどをつくることができ、仲間と協力してつくるご飯は格別においしいです。しかし、野外調理では火をつかたり、包丁をつかたりするので、危険も伴います。また、感染症や食中毒の予防にも気をつけて、楽しく活動できるように、事前に大切なポイントをチェックしておきましょう！

英彦山青年の家で今までに起きたけが

1

カレーのなべのどつてを素手で持ってしまい、やけどした。水疱（みずぶくれ）になり、病院へ！

火をかけた鍋を持つときは、手の上に皮手袋をつける。



2

包丁・ピーラーで手を切った。

包丁やピーラーの使い方の説明をよく聞く。事前に勉強しておく。



3

虫に刺された！（ハチ・マムシ・ブトなどがいます。）

長そで長ズボンで活動する。



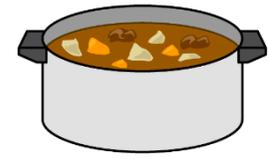
★その他・・・

- 火おこしの途中、髪の毛に火がうつりそうになった。
- なべを持って移動中、友達にぶつかりそうになった。

髪の毛の長い人は結び、身だしなみを整える。まわりをよく見る。



感染症・食中毒について

| | | |
|---|--|---|
| <p>調理する前は手洗いをしよう！</p>  | <p>食べる時以外はマスクをつけよう！</p>  <p>※熱中症に注意</p> | <p>使う前・使った後は調理器具を洗剤で洗おう！</p>  |
| <p>火が通っているか、よく確認しよう！</p>  <p>お肉の色や野菜の柔らかさを見よう！</p>  | <p>食材が太陽に直接当たらないようにしよう！</p>  | <p>手をけがしているときは、カットバンやてぶくろをつけよう！</p>  |

もしも「けが」をしてしまったら・・・

切り傷

- 傷口を洗い、清潔に！
- 傷口に清潔なガーゼなどを当て、上から強く抑える。
- カットバンなどで、傷口を保護する。

～病院受診の目安～
傷が深いとき、出血が多いとき

やけど

- すぐに水で冷やす。
- 清潔なガーゼなどでやけどしたところを保護する。

※みずぶくれは破らないようにしましょう！

～病院受診の目安～
やけどが手のひらより広い、みずぶくれがある、痛みが強いなど