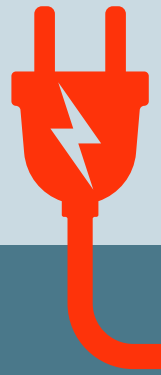


# 停電後は、安全な食品 を食べてください。



冷蔵食品や冷凍食品は、停電後に安全に食べられない場合があります。停電時に食品を安全に保管するためにできること、また具合が悪くなる可能性のある食品をいつ廃棄したらよいかをご確認ください。

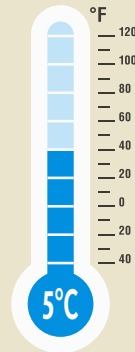
## 停電前

冷蔵庫と冷凍庫内の温度計を確認してください。

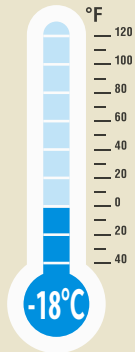
冷蔵庫は5°C以下にしてください。

冷凍庫は-18°C以下にしてください。

冷蔵庫



冷凍庫



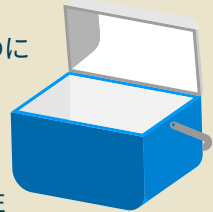
## 緊急事態や自然災害に備えてください



水を入れた容器やジェルパックを冷凍すると、5°C以下で食品を保管するのに役立ちます。

保冷剤を手元にご用意ください。

停電が長期間続く可能性がある場合は、ドライアイスまたはブロックアイスを購入して、冷蔵庫に入れて食品を冷却してください。



## 停電時

冷蔵庫と冷凍庫の扉は閉めたままにしてください



冷蔵庫では  
**4**  
時間



ぎっしり詰まった  
冷凍庫では  
**48**  
時間



半分まで  
入った  
冷凍庫では  
**24**  
時間

停電が4時間以上続いている場合は、冷蔵庫内の生鮮食品をクーラーバッグに移動してください。氷または保冷剤を入れて、5°C以下で食品を保管します。

## 停電後

絶対に、食品を賞味して安全かどうかを判断しないでください。疑わしい場合は、廃棄してください。

- 停電または保冷剤を使用しない状態が4時間以上続いた場合は、冷蔵庫内の生鮮食品（肉、魚、切った果物や野菜、卵、牛乳、食べ残し）を廃棄してください。
- 異臭を放っている、変色が見られる、手触りが変化した食品は廃棄してください。
- 保冷剤を使ってクーラーバッグまたは冷蔵庫内で保管した食品の温度を確認してください。5°Cを超えていた食品は廃棄してください。
- 冷凍庫内に温度計がある場合は、5°C以下のままであるかどうかを確認してください。
- 氷の結晶が付着している、または5°C以下に保たれている冷凍食品は、安全に再び冷凍したり調理することができます。



[www.cdc.gov/foodsafety](http://www.cdc.gov/foodsafety)