Prevent food poisoning by taking extra caution

要比平时更加注意，预防食物中毒／要比平常更注意，預防食物中毒

평소 이상의 주의를 기울여 식중독을 예방하세요

The Disaster Preparedness Tokyo character 'Bousai-kun'

Check list for those who are cooking

烹调者的检查点／烹調者的檢查重點
조리인의 체크 포인트

CHECK POINT

Wash and disinfect your hands frequently

勤于洗手、消毒／請仔細洗手、消毒
자주 손을 씻고 소독할 것

After using the toilet
如厕后／如廁後
화장실을 다녀온 후

Before cooking
烹饪前／烹調前
조리하기 전

After touching raw food
接触未煮熟的食物后
接觸生鮮食品後
날것을 만진 후

Before serving
装盛前／盛裝前
음식을 담기 전

Do not prepare food if you experience diarrhea, abdominal pain, nausea, fever or have cuts on your hands

腹泻、腹痛、恶心、发热、手上有伤的人员不要烹饪／有下痢、腹痛、噁心、發燒、手部受傷的人，不要烹調食物
설사, 복통, 구토, 발열, 손에 상처가 있는 사람은 조리하지 말 것

Maintain clean grooming

仪容整洁／儀容整潔／청결한 복장을 할 것

Check list for cooking

烹饪时的检查点／烹調時的檢查重點
조리 시의 체크 포인트

CHECK POINT

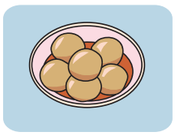
Check ingredients

确认原材料／確認原料／원재료를 확인

Heat thoroughly to the core

充分加热至中心部／確實完全加熱
안까지 확실히 가열

Baked / broiled dish
炒菜／炒菜／구이



Simmered dish
炖菜／燉菜／조림

Soup dish
汤菜／湯品／국

Do not contaminate food after heating

不要污染加热后的食品。／不要污染加熱後的食品
가열 후의 식품 오염에 주의

Cut ingredients before cooking
材料要在烹饪前切好
材料在烹調前切好
재료는 조리 전에 자르기

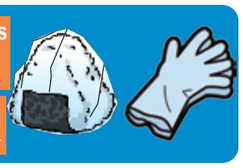
Do not serve with bare hands
不要直接用手装盛
不直接用手盛裝
맨손으로 음식을 담지 않기

Cover with plastic wrap etc. after cooking
烹饪后用保鲜膜等盖好
烹調後以保鮮膜等包覆
조리 후에는 랩 등을 씌우기

When forming rice balls
做饭团时……
捏飯糰時……
주먹밥을 만들 때는…

Use disposable gloves
用一次性手套／戴上拋棄式手套
일회용 장갑 사용

Use plastic wraps
用保鲜膜／包覆保鮮膜／랩 사용



Check list for after cooking

烹饪后的检查点／烹調後的檢查重點
조리 후의 체크 포인트

CHECK POINT

Serve immediately after cooking

烹饪后立即提供／烹調後馬上提供／조리 후에는 바로 제공

Provide meals to eat within two hours
提供时要保证在 2 小时内可以食用／提供能夠在 2 小時內食用的食物
2시간 이내에 먹을 수 있도록 제공

Talk to evacuees when serving

提供时打声招呼／提供時打聲招呼／제공할 때는 한 마디와 함께

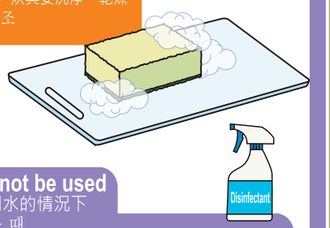
Please eat as soon as you can
尽早食用。／要盡早食用／되도록 빨리 드세요

Do you have any food allergies?
是否有因食物过敏而不能吃的食物？
有沒有會食物過敏而不能吃的東西呢？
식품 알레르기로 먹지 못하는 음식은 없으세요?

*provide accurate information about ingredients
※正确提供原材料信息／※正確提供原料的資訊
※원재료 정보는 정확하게 제공

Wash and dry cooking utensils after use

烹饪锅具要清洗、干燥／炊具要洗淨、乾燥
조리 기구는 세정 및 건조



When water cannot be used
无法用水时／無法用水的情況下
물을 사용할 수 없을 때

Wipe off dirt and disinfect with alcohol
擦去污渍，酒精消毒／擦掉髒污，用酒精消毒／오염을 닦아내고 알코올 소독