



Be careful of food poisoning!

注意食物中毒! / 請注意食物中毒! / 식중독에 주의하세요!

Washing your hands is the basis of preventing food poisoning and infectious diseases

洗手是預防食物中毒、感染病的基础 / 洗手是預防食物中毒、感染病的基本 / 손 씻기는 식중독 및 감염증 예방의 기본입니다

When to wash your hands 洗手的時候 / 手的时间點 / 손을 씻어야 하는 경우



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



Before meals
吃飯前 / 用餐前 / 식사하기 전



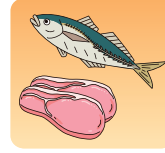
After touching unsanitary things
接觸不衛生的物品後 / 接觸不衛生的物品後 / 비위생적인 것을 만진 후



After going out
外出後 / 外出後 / 외출에서 다녀온 후



Before cooking
烹飪前 / 烹調前 / 조리하기 전



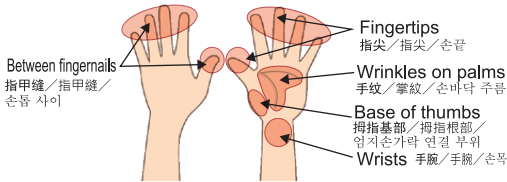
After touching raw food
接觸未煮熟的食物後 / 接觸生鮮食品後 / 날것을 만진 후



Before serving
裝盛前 / 盛裝前 / 음식을 담기 전

Keep in mind that contamination may remain, use soap to wash your hands.

注意易接觸污染的地方，用肥皂徹底洗。 / 注意易接觸污染的地方，用肥皂仔細清洗。 / 더러움이 남기 쉬운 부위를 특히 비누로 잘 문질러 줍니다.



Be sure to disinfect after washing your hands, especially before eating, after using the toilet or before preparing food.

尤其是在吃飯前、如廁後、烹飪前，在洗手後還要進行消毒。 / 特別是在吃飯前、如廁後、烹調前，在洗手後再次進行消毒。 / 특히 식사하기 전, 화장실을 다녀온 후, 조리하기 전에는 손을 씻은 후 소독도 한다.



When water cannot be used

無法用水時 / 無法用水的情況下 / 물을 사용할 수 없을 때

After remove any dirt using towels, hand wipes etc., spread disinfectant on the entire surface of your hands and allow to dry naturally.

用手巾或濕巾等將污漬完全擦干淨後，再將消毒劑抹到整隻手，自然乾燥。 / 用濕毛巾或濕紙巾等將髒污擦乾淨後，再用消毒劑將手部全部仔細擦拭，使其自然乾燥。 / 물수건이나 물티슈로 손의 더러움을 잘 닦은 후 소독제를 손 전체에 잘 발라 자연 건조시킨다.

Be careful of the following

還要注意以下事項 / 這些地方也要注意 / 기타 주의점



Hand-wiping towels 擦手毛巾 / 擦手用毛巾 / 핸드 타월



Prevention of hand roughness with hand cream, etc. 使用護手霜等防止手部皮膚粗糙 / 使用護手霜等·防止手部粗糙 / 핸드 크림 등을 발라 손이 거칠어지는 것을 방지

An adult should be present to observe when children wash their hands. 孩子洗手時，由大人陪同 / 小孩洗手時，大人要陪同 / 아이가 손을 씻을 때는 어른이 동행



Follow instructions of the staff of the evacuation shelter concerning drinking water.

飲水請遵從避難所管理工作人員的指示 / 飲用水，請遵從避難所的管理工作人員的指示 / 식수는 피난소 운영 직원의 지시에 따르세요.

Drinkable 飲用 / 飲用 / 음용



Water supply vehicle 供水車 / 供水車 / 급수차



PET bottle 塑料瓶 / 塑膠瓶 / 페트병

Do not drink until you make sure you can drink safely 不要直接飲用! / 不要直接飲用! / 그대로 마시면 NO!



Well water 井水 / 井水 / 우물물



Spring water 泉水 / 泉水 / 용수



Water for fire fighting 防火用水 / 消防用水 / 소화용수



Precautions when receiving food

領取食物時的注意事項 / 接受食物時的注意點 / 식품을 받았을 때의 주의점

If you notice anything strange about food, do not eat it. Contact the person in charge for instructions. 如覺得食品有問題，請不要食用，告知管理負責人。 / 如覺得食品有問題，請不要食用，通知管理負責人。 / 이상한데? 라는 생각이 들면 꼭 지고 관리 책임자에게 연락하세요.

Check first. 首先進行確認。 / 首先，需確認。 / 우선 확인한다.

Consumption expiration date 保質期 / 保存期限 / 소비 기한

Foul odor 氣味 / 臭味 / 냄새

Broken container 容器破損情況 / 容器的破損 / 용기의 파손

Eat as soon as possible. 儘早食用 / 儘早食用 / 되도록 빨리 먹는다.

Storing at room temperature for long period of time 在常溫下長時間放置 / 장시간 상온 방치





Precautions for self-catering and cooking

Do not forget to wash your hands!
不要忘记洗手! / 別忘記洗手!
꼭 손을 씻으세요!

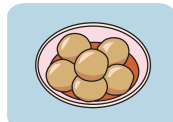
自己做饭、做饭给灾民的注意点 / 自行烹煮、賑災烹煮供食的注意點 / 자취 및 배식 시의 주의점

- **Do not prepare food if you feel sick (diarrhea, abdominal pain, nausea, etc.)**
出现身体不适(腹泻、腹痛、恶心等)时不要烹饪。 / 身體出現不適(腹瀉、腹痛、噁心等)時, 請不要烹調食物。 / 컨디션이 좋지 않을 때(설사, 복통, 구토 등)는 조리하지 않는다.

You should eat foods that are heated before eating as much as possible. Heat thoroughly!
菜品要尽可能地加热处理。要充分加热! / 菜品應儘可能進行加熱處理。確實加熱! / 되도록 가열하여 조리하는 메뉴를 선택한다. 가열은 안까지 확실히!



Baked / broiled dish
炒菜 / 炒肉 / 구이



Simmered dish
炖菜 / 燉菜 / 조림



Soup dish
汤菜 / 湯品 / 국

- **Check ingredients.**
确认原材料。 / 確認原材料。 / 원재료를 확인한다.
Freshness / consumption expiration date
新鮮度, 保质期 / 鮮度, 保存期限 / 신선도·소비 기간
Foul odor
气味 / 臭味 / 냄새
Broken container
容器破損情况 / 容器的破損 / 용기의 파손
etc.
等 / 等 / 등

- **Take measures to prevent accidental ingestion of disinfectants, detergents, etc.**
防止誤飲消毒劑、洗滌劑等。 / 防止誤飲消毒劑、清潔劑等。 / 소독제, 세제 등의 잘못된 용용을 방지한다.
If toxic liquid such as disinfectant has to be placed in a food container to dilute or distribute, be sure to label the contents so it catches the attention. (DISINFECTANT in block letters, etc.)
由于稀释或小包袋, 一定要在食品容器中放入消毒劑時, 要显眼地标写出里面所装的东西。(“消毒劑”等) / 如果為了稀釋或分裝必須將消毒劑等放入食品容器時, 請在容器的顯眼處寫明內容物。(「消毒劑」等) / 희석하거나 소분하기 위해 부득이하게 소독제 등을 식품 용기에 담을 때는 잘 보이도록 내용을 쓴다. (‘소독제’ 등)

- **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 식품을 오염시키지 않는다.



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 / 不要直接用手盛裝 / 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圍 / 조리 후에는 랩 등을 씌우기

When forming rice balls
做飯團時..... / 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 / 包圍保鮮膜 / 랩 사용



- **Be sure to wash and dry cooking utensils well after using.**
烹飪餐具要在使用后用洗洁精洗干净后, 使其干燥。 / 炊具應在使用後用清潔劑徹底洗淨並使其乾燥。 / 조리 기구는 사용 후에 세제로 잘 닦아 건조시킨다.

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 with paper towel, etc., and disinfect with alcohol.
用纸巾等擦去污渍, 再用酒精消毒。 / 用纸巾等擦去汚漬, 再用酒精消毒。 / 핸드 타월 등으로 오염을 닦아내고 알코올로 소독한다.



Precautions when eating

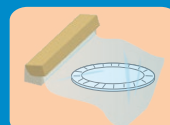
Do not forget to wash your hands!
不要忘记洗手! / 別忘記洗手!
꼭 손을 씻으세요!

食用时的注意点 / 吃東西時的注意點 / 식사 시의 주의점

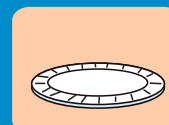
- **Do not eat food if you notice something out of the ordinary.**
如果感觉异常, 请勿食用。 / 若感覺異常時, 不要食用。 / 상태가 이상한 것 같으면 먹지 않는다.
- **Do not attempt to eat leftovers or food that has been kept for an extended period of time. Dispose of properly to ensure safety.**
剩菜剩饭、长时间放置的食品要果断扔掉。 / 吃剩的或長時間放置的食物, 請果斷地直接扔掉。 / 먹다 남았거나 장시간 방치된 식품은 과감히 버린다.
Once a package has been opened, eat as soon as possible regardless of the expiration date on the label.
开封后, 无论标注期限如何都要尽早食用。 / 一旦打開, 無論標示的保存期間如何都要儘早食用。 / 일단 개봉한 식품은 표시된 기한에 상관없이 빨리 먹는다.

- **Be sure to wash and dry non-disposable eating utensils well.**
非一次性餐具要在使用后用洗洁精洗干净后, 使其干燥。 / 非拋棄式餐具應在使用後, 用清潔劑徹底洗淨並使其乾燥。 / 일회용이 아닌 식기는 사용 후에 세제로 잘 닦아 건조시킨다.

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



Wrap utensils in plastic wraps.
用保鲜膜包好餐具 / 餐具用保鮮膜包起 / 식기에 랩 씌우기



Use disposable dishes
使用一次性餐具 / 使用拋棄式的餐具 / 일회용 식기 사용



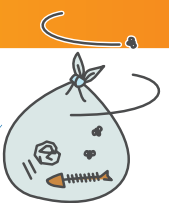
Wiping off dirt and disinfecting with alcohol
用纸巾等擦去污渍, 再用酒精消毒 / 用紙巾等擦去汚漬及用酒精消毒 / 핸드 타월 등으로 오염을 닦아내고 알코올로 소독



Precautions when disposing of food, etc.

丢弃食品时的注意点 / 食物等丟棄時的注意點 / 컨디션이 좋지 않을 때

- **When disposing of food garbage or containers, place them in a garbage can with a lid, or put them in a garbage bag and seal it to prevent foul odors or insects.**
丢弃厨房垃圾及食品容器等时, 应放带盖的垃圾桶或垃圾袋后密封, 以避免发臭、滋生虫子。 / 丟棄廚餘或食物容器時, 請將其放入有蓋子的垃圾桶或垃圾袋中密封, 以防止臭味和蟲子的滋生。 / 음식물 쓰레기나 식품 용기를 버릴 때는 악취나 벌레가 발생하지 않도록 뚜껑이 닫힌 쓰레기통이나 쓰레기 봉투에 넣어 밀폐한다.
- **Follow the rules of the shelter or local community concerning sorting and disposal.**
分类、排放时按避难所及地区的规定。 / 請依照避難所或地區的規定進行區分、丟棄。 / 분리 수거 및 배출은 피난소와 지역의 규정에 따른다.



If you feel sick,

出现身体不适时 / 身體感覺不適時 / 식품 등 폐기 시의 주의점

- **If you experience symptoms such as diarrhea, abdominal pain or nausea, see staff such as a doctor or nurse as soon as possible.**
出现腹泻、腹痛、呕吐等症时, 应立即报告医生及保健师等工作人员。 / 如果出現腹瀉、腹痛或嘔吐等症狀時, 請儘早告知醫生或保健師等的工作人員。 / 설사, 복통, 구토 등의 증상이 나타나면 신속히 의사나 보건사 등의 직원에게 말한다.