

# 調理中の“うっかり火災” を防ぎましょう

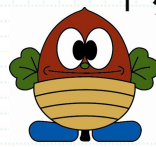
「少しの間だから大丈夫」と火をつけたままその場を離れていませんか？  
調理中のちょっとした“うっかり”が、火災につながる可能性があります。

## うっかり行動チェック！

次のうち、あてはまるものはありますか？

- 火をつけたまま別の部屋に行く
- 揚げ物中にスマートフォンを見る
- コンロ周りに物を置いている
- 鍋をかけたまま他の作業をしている

1つでも当てはまれば要注意！



「少しの間」が危険につながることも  
十分考えられます△

油は、加熱し続けて高温になると発火することがあります。

また、服の袖やふきん、キッチンペーパーなど布や紙は火が移りやすく、わずかな時間でも火の広がりはとても早いです。

## 火災を防ぐための調理のポイント

### 1. 火を使うときは、その場を離れない！

調理中は短時間でも火の勢いが変わることがあります。「少しだけ」のつもりでも、その場を離れないことが大切です。

### 2. その場を離れるときは、必ず火を消す！

電話や来客など、やむを得ず離れる場合は、必ず火を止めましょう。再度加熱する際は、鍋の状態を確認してから火をつける習慣をつけましょう。



### 3. タイマーやアラームを活用する！

加熱時間の目安を決めて、タイマーを設定しておくことで安心です。特に煮込み料理や揚げ物の際に有効です。

### 4. コンロ周りは整理整頓する！

ふきん、紙袋、調味料の袋などは火が移りやすいため、コンロの近くに置かないようにしましょう。日頃から油汚れをふき取ることも、火災予防につながります。

