

ノロウイルスによる 食中毒に注意!!



毎年11月頃から翌年4月にかけて、ノロウイルスの感染を原因とする胃腸炎が流行します。その感染力は非常に強く、ごく少量のウイルスでも感染する場合があります。ノロウイルスは、食べ物からだけではなく人から人へ直接うつることもある感染症のため要注意です。

予防のポイントを確認し、みんなで感染予防に取り組みましょう！

保健現場 レポート

福祉保健課 主任管理栄養士

山田 恵

430

原因

- ノロウイルスに汚染された食品を食べることで感染します。
- 感染者の糞便（トイレ）、吐物（吐いた物）をとおして感染します。

症状

食後24～48時間で、下痢、おう吐、腹痛、発熱（38℃以下）の症状が現れます。症状が持続する期間は短いですが、その間に脱水にならないように、できる限り水分を補給しましょう。

下痢、おう吐、腹痛、発熱などの症状があれば、早めに医療機関を受診しましょう。

予防のポイント

- ①調理を行う際は、十分加熱をしましょう。
（中心温度85℃、1分以上の加熱を行う）
- ②ノロウイルスはアルコール消毒が効かないので、次亜塩素酸ナトリウム（塩素系漂白剤）で殺菌しましょう（下記参照）。
- ③トイレの後、調理や食事の前には、しっかり手を洗いましょう。
- ④手ふきタオルは清潔なものを使用しましょう。
- ⑤日頃の健康管理に努め、下痢、おう吐などの症状がある時は調理に従事しないようにしましょう。

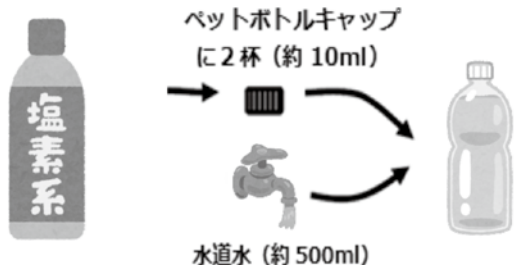


消毒

ノロウイルスは、酸や乾燥に強く、アルコール消毒では効果がありません。次亜塩素酸ナトリウム（塩素系漂白剤）または加熱による消毒が有効です。

【ノロウイルス消毒液の作り方】市販の漂白剤（塩素濃度約5%）で消毒液を作る場合

1000ppm消毒液
嘔吐物の処理に使用



200ppm消毒液
食器具や衣類
トイレなどの消毒に使用



- ①市販の塩素系漂白剤や消毒薬の濃度は様々あります。使用の前には必ずご確認ください。
- ②消毒液を保管するときは間違えて飲まないよう、消毒液であることをはっきりと明記して保管しましょう。

