

STOP



ノロウイルス 食中毒

ノロウイルスによる食中毒は、一年を通して発生しておりますが、特に10月から3月にかけての冬季に多発します。感染力が非常に強く、ごく少量のウイルスでも感染します。静岡県でも、近年ノロウイルスによる食中毒や感染症が急増しており注意が必要です。

Q. ノロウイルスとは？

ノロウイルスは、感染性胃腸炎や食中毒を引き起こす代表的なウイルスです。感染すると、12時間～48時間で吐き気、おう吐、腹痛、下痢、発熱などの症状が現れます。通常は直ぐに回復しますが、小さな子供や高齢の方は重症になることがあります。また、症状が回復しても長期間にわたってウイルスを排出することがあります。

Q. どうやって感染するの？

ノロウイルスによる食中毒の感染経路は、大きく分けて次の2通りがあります。

1. ノロウイルスに汚染された食品を食べて感染
2. 感染した人の便やおう吐物から、人の手を介して感染



二枚貝等を加熱不十分で食べた



調理従事者の手を介して食品を汚染



* 近年、調理従事者の手を介した食品の汚染が原因となった食中毒が増えています。

ノロウイルス食中毒を**防止**するために

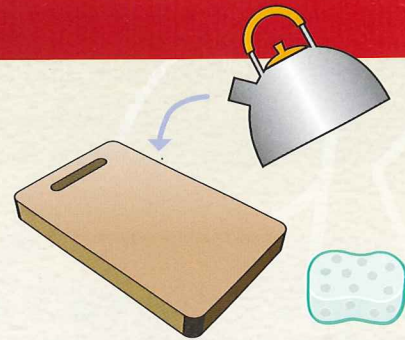
食品の調理

- 加熱する食品は、中心部までしっかり加熱(85℃、1分以上)しましょう。
- 二枚貝の生食は避けましょう。
- 生で食べる食品は、十分に洗浄しましょう。



調理器具の洗浄

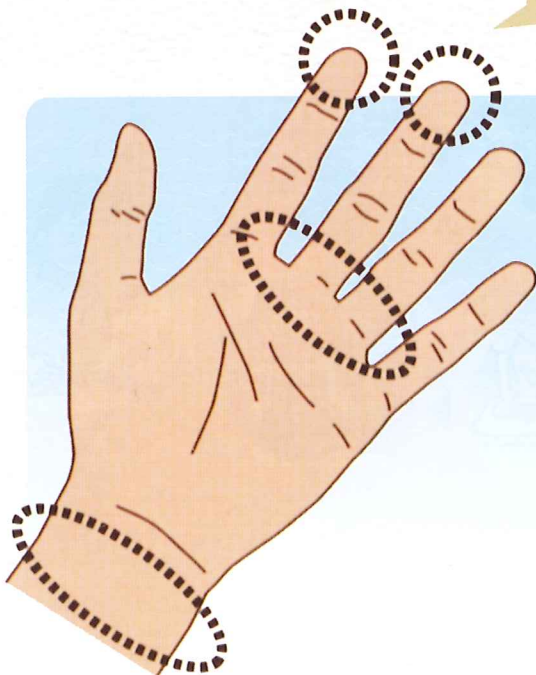
- まな板や包丁などの調理器具、ふきん、シンク、スポンジなどは十分に洗浄し、定期的に熱湯(85℃、1分以上浸す)又は0.02%の塩素系漂白剤で消毒しましょう。



手洗い(手洗いは食中毒予防の基本です。)

- トイレに行った後、調理を始める前、生の食材を扱った後、食事の前などには必ず手を洗いましょう。
- ノロウイルスは、消毒用のアルコールや薬用石けんでは完全に殺すことができません。石鹸を十分に泡立てて汚れを浮かし、汚れと共に多量の水でノロウイルスを洗い流すことが重要です。

指先、指の間、手首などは汚れが残りやすいので丁寧に洗いましょう。



手洗いの手順

- 1 流水で汚れを洗い流す。
- 2 石けんを十分に泡立てて汚れを浮かせる。
- 3 最低30秒以上もみ洗いをする。
- 4 十分な水で洗い流す。
- 5 清潔なタオルやペーパータオルでふく。

おう吐物の処理

感染者のおう吐物には多量のウイルスが含まれています。おう吐物を処理する際に、手やぞうきん、バケツ、流しなどの身の周りを汚染しますので、処理を誤ると感染を広げる原因にもなります。処理するには十分な注意が必要です。

用意するもの

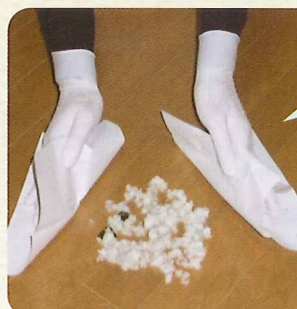
使い捨て手袋とマスク、帽子、エプロン、ペーパータオル、新聞紙、ビニール袋（しっかりしたもの）、バケツ、塩素系漂白剤、石けん

1 服装



- ・処理に必要なものを
用意する。
- ・手袋、マスク、帽子、
エプロンを着用する。
- ・消毒液を作る。
(消毒液の作り方を
参照)

2 拭き取り



おう吐物は広範囲に
飛び散っています。
拭き取りの際には、
足下を消毒しながら
処理をしましょう。

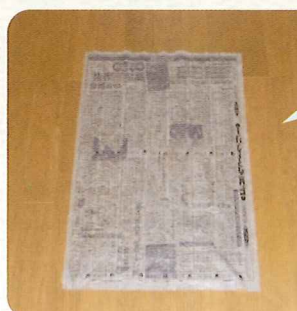
- ・おう吐物を、ペー
パータオルなどで
できる限り拭き取る。

3 袋へ廃棄



- ・ビニール袋に、お
う吐物やふき取っ
たペーパータオル
などを入れる。

4 床の消毒



カーペット等の漂白
剤を使えない場所
には、スチームアイ
ロンなどで高温処
理する方法もあり
ます。

- ・広めに新聞紙を敷き、
0.1%の塩素系漂白
剤で消毒する。
- ・10分後水ぶきする。

5 手袋等の廃棄



手袋は、素手で表面
を触らないように、
裏返して取る。

- ・おう吐物が入った
袋に、使用した手袋、
マスク、新聞紙等
を入れ、口をしっかりと
しばり廃棄する。

6 手洗い



- ・石けんで丁寧に手
を洗う。

これで完璧じゃ！



注意すること

- 処理する際には、必ず換気を行いましょう。
- 塩素系漂白剤は金属を腐食させますので、10分程度 たったら水ぶきしましょう。

消毒薬の作り方

市販の塩素系漂白剤は5～6%です。



希釈濃度	0.02%(200ppm)	0.1%(1,000ppm)
用途	<ul style="list-style-type: none"> 調理器具、ふきん 衣服 通常の消毒など 	<ul style="list-style-type: none"> おう吐物を処理したペーパーや手袋 おう吐物で汚染した床 など
市販品の塩素濃度	5%	原液4ml + 水1リットル
	6%	原液3.3ml + 水1リットル

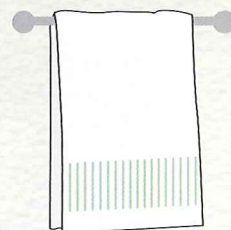
家族への感染を予防するには

- おう吐や下痢の症状がある場合には、できるだけ調理をしないようにしましょう。

症状が消えてからも、ウイルスの排出が続くことがあります

- 下痢をしている人の入浴は最後とし、タオル等は使い分けましょう。
- 下痢をしている人がトイレを使用した後は、必ずていねいに手を洗いましょう。
- ノロウイルスの感染が疑われる方は、かかりつけの医療機関を受診して下さい。

清潔なタオル
を使おう！



ご相談・お問い合わせは、最寄りの保健所へご連絡下さい。

静岡県内の保健所じゃ



お問い合わせ先	賀茂保健所衛生薬務課	0558-24-2054
	熱海保健所衛生薬務課	0557-82-9116
	東部保健所衛生薬務課	055-920-2102
	御殿場保健所衛生薬務課	0550-82-1223
	富士保健所衛生薬務課	0545-65-2154
	中部保健所衛生薬務課	054-644-9283
	西部保健所衛生薬務課	0538-37-2245
	静岡市保健所食品衛生課	054-249-3161
	浜松市保健所生活衛生課	053-453-6114

● 発行 ●

静岡県厚生部生活衛生局食品衛生室

TEL 054-221-2538 FAX 054-221-2342

ホームページ<http://www.pref.shizuoka.jp/kousei/ko-520/syokuhin/syokuhin.htm>

