

# ノロウイルス食中毒の予防

ノロウイルスによる食中毒が冬期（11月～2月）に多発しています！  
「手洗い」と「食材の加熱」をしっかりと行って食中毒を予防しましょう。

## ノロウイルスの感染経路

### おう吐物・便から

患者のふん便・おう吐物処理

残ったふん便・おう吐物が乾燥し、浮遊したウイルスが口に入る

手に付着したウイルス又は乾燥したウイルスが口から体内へ

### 食品から

感染者が調理

ウイルスが付着した食品を食べて感染

感染

発病

発病しない

※感染しても発病せずにウイルスを保有している人もいます。

## 食中毒予防は手洗いから

- ◎ ノロウイルスを洗い落とします。
- ◎ 石けんを使った二度洗いが効果的です。
  - ・ 蛇口も、手と一緒に洗いましょう。
  - ・ 手をふくタオルは、個人ごとにしましょう。

洗い落とす

二度洗い

## 手洗いのタイミング

- ・ トイレに行った後
- ・ 調理を始めるとき
- ・ 肉、魚、野菜などの食材を扱った後
- ・ 調理済み食品の盛り付けの前
- ・ サラダ、和え物などの調理の前

トイレでの手洗いに加えて、調理場に入る時も再度手を洗いましょう。

# 調理を行うときはご注意ください！

二枚貝の内臓には、ノロウイルスが蓄積することがあります



- ・食品は、中心までしっかり火を通しましょう。(85℃以上で90秒以上)
- ・下痢などの症状があるときは、食品を直接扱う作業を避けましょう。
- ・調理器具は洗剤と流水でよく洗い、熱湯や塩素で消毒しましょう。

しっかり加熱

## 家族がノロウイルスに感染したら

### 症状

- ・感染してから症状がでるまでに1日～2日かかります。
- ・吐き気、おう吐、下痢、腹痛、発熱などの症状を示します。
- ・特に、おう吐が突然、強烈に起きることがあります。

### トイレ・おう吐物などの適切な処理

トイレ掃除やおう吐物の処理は、次のような方法で行い、二次感染を防止しましょう。

		
窓を開けて換気	マスク・手袋着用	消毒液でふき取り

市販の塩素系漂白剤（塩素濃度5%）を使用した消毒液の作り方

濃度0.1% (1000ppm)

便や、おう吐物が付着した床など

漂白剤

ペットボトルの  
キャップ2杯



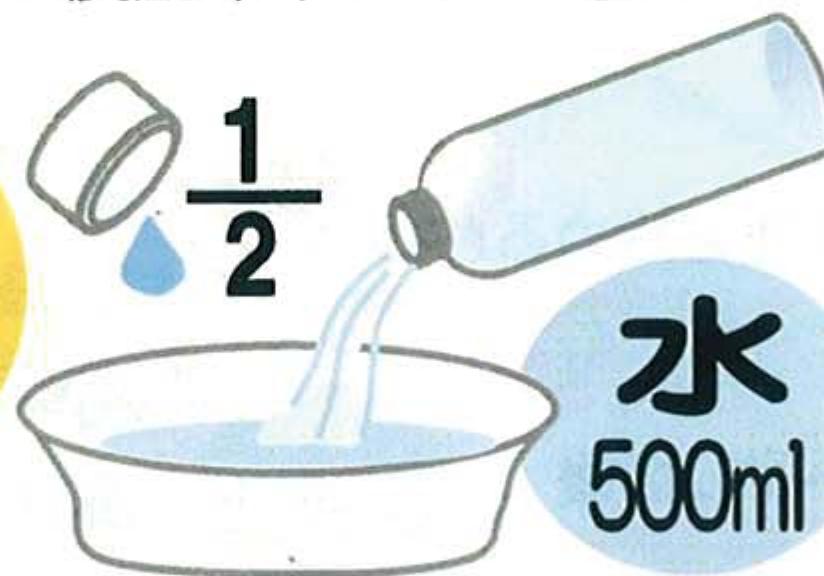
水  
500ml

濃度0.02% (200ppm)

トイレの便座やドアノブなど

漂白剤

ペットボトルの  
キャップ $\frac{1}{2}$ 杯



水  
500ml

- ・ふき取ったおう吐物や手袋などは、ビニール袋に密閉して廃棄しましょう。
- ・処理が終わったら、必ず丁寧に手を洗いましょう。