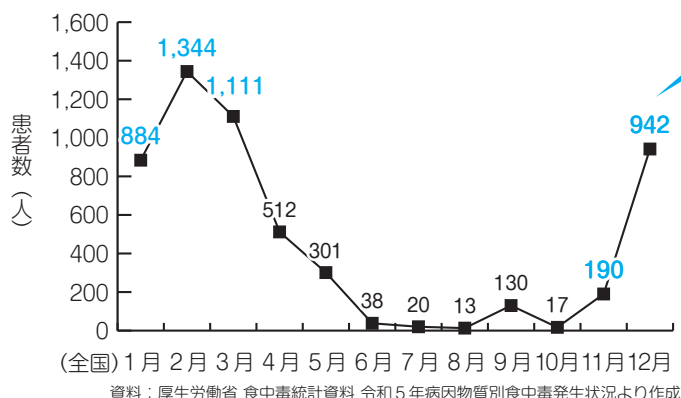


冬の食中毒、ノロウイルスにご注意！

毎年11月から3月にかけての冬場は、ノロウイルスによる食中毒が多発しています。



ノロウイルスによる食中毒発生状況（令和5年）



11月から増え始め、
12月から翌年3月が発生のピークです。

ノロウイルスは非常に強い感染力をもっており、少量でも手や指、食品などを介して口から入ると、体の中で増殖し、**吐き気、おう吐、腹痛、下痢**などの食中毒の症状を引き起こします。

Q感染の原因はなに？

A感染者が調理等をした食品や、加熱不十分なカキなどの二枚貝を食べることで感染します。また、感染者の便やおう吐物に接触することや飛沫によっても感染を引き起こすことがあります。



Q感染したらどうなるの？

A通常、症状は3日以内で回復します。感染しても発症しない人や、軽い風邪のような症状で済む人もいます。しかし、抵抗力が落ちている人や乳幼児、高齢者などは、脱水症状を起こしたり、症状が重くなったりするケースもあるので注意が必要です。

予防するためには



手洗い

石けんを使ってしっかり手を洗い、手指の洗浄消毒を確実に行いましょう。

手洗いのタイミングは、

- ・外出先から帰ってきた時
- ・トイレの後
- ・食事の前
- ・調理の前
- ・おむつ交換後
- ・吐物処理後 などです。



加熱

加熱が必要な食品は、中心部まで十分に加熱してから食べましょう。

中心温度（85～90℃）で90秒以上加熱しましょう。

消毒方法について

まな板、包丁、食器、ふきんなどは使用後、洗剤などで十分に洗浄し、熱湯で消毒することが有効です。

次亜塩素酸ナトリウム（塩素系漂白剤）を薄めた液で消毒しましょう。



作業中は、マスクと手袋を使用し、十分な換気を行いましょう。

【感染者が出た場合】

ノロウイルスの感染を広げないようにしましょう。

- 食器、タオル類、トイレのドアノブなどの消毒やふき取り（濃度約0.02%）

塩素系漂白剤10ml
（ペットボトルの
キャップ2杯分）
+ 2ℓの水

- おう吐物や便などの処理（濃度約0.1%）

塩素系漂白剤10ml
（ペットボトルの
キャップ2杯分）
+ 500mlの水

※原液濃度が5～6%の塩素系漂白剤の場合

ノロウイルスによる食中毒の感染経路や予防方法を正しく理解し、ノロウイルスによる食中毒を防ぎましょう。