

# ノロウイルス食中毒を

# 予防しよう！

特に冬に流行し、大規模な食中毒を引き起こす傾向があるノロウイルス。感染力が極めて強く、少量のウイルスでも感染するのが特徴です。

## 感染経路は？



## 感染対策をしよう！

### 1 丁寧な手洗い

- 石けんを使った**2度洗い**が効果的。
- トイレに行った後やおむつ交換の後、料理を開始する前、食材を扱った後、料理の盛り付け前などは特に念入りに。



1 水をつけて、石けんで手のひらを洗う。



2 手の甲をこする。



3 指と指の間や指の付け根をこする。



4 つめを手のひらに押しつけ、指先とつめの間を洗う。



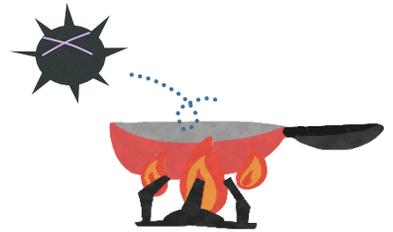
5 親指の付け根を回すようにこする。



6 最後に手首を回すようにこすり、きれいな水で洗い流す。

## 2 十分な加熱

- ・ウイルスは加熱することで活性を失います。
- ・85°C以上で90秒以上、中心部まで十分に加熱。



## 3 調理器具の洗浄・消毒

- ・まな板、包丁、食器、ふきんなどは使用后すぐに洗剤と流水でよく洗いましょう。
- ・熱湯（85°C以上）で1分以上の加熱消毒や塩素系消毒液による消毒が有効です。

※アルコールでは十分な効果が得られません。



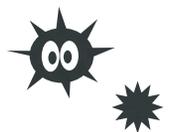
## 4 人からの感染予防

- ・症状がある人は、食品を直接取り扱う作業をしないこと。
- ・乳幼児・高齢者等の下痢便から二次感染しないよう、おむつの取扱いには十分ご注意ください。
- ・おう吐物の処理は適切な方法で行いましょう。



### おう吐物の処理方法

- ① 使い捨てのガウン、マスクと手袋を着用し、処理の前に窓を開けて換気をします。
- ② おう吐物はペーパータオル等で静かにふき取り、塩素系消毒液（塩素濃度1,000ppm）で浸すように消毒し、その後水拭きします。
- ③ 拭き取ったおう吐物と使用した手袋等は、ビニール袋に密閉して廃棄します。このとき、廃棄物が十分に浸る量の塩素系消毒液を入れるのが望ましいです。



ノロウイルスに感染したかも・・・

と思ったら

**速やかに医療機関を受診しましょう！**