

# 冬なのに食中毒!



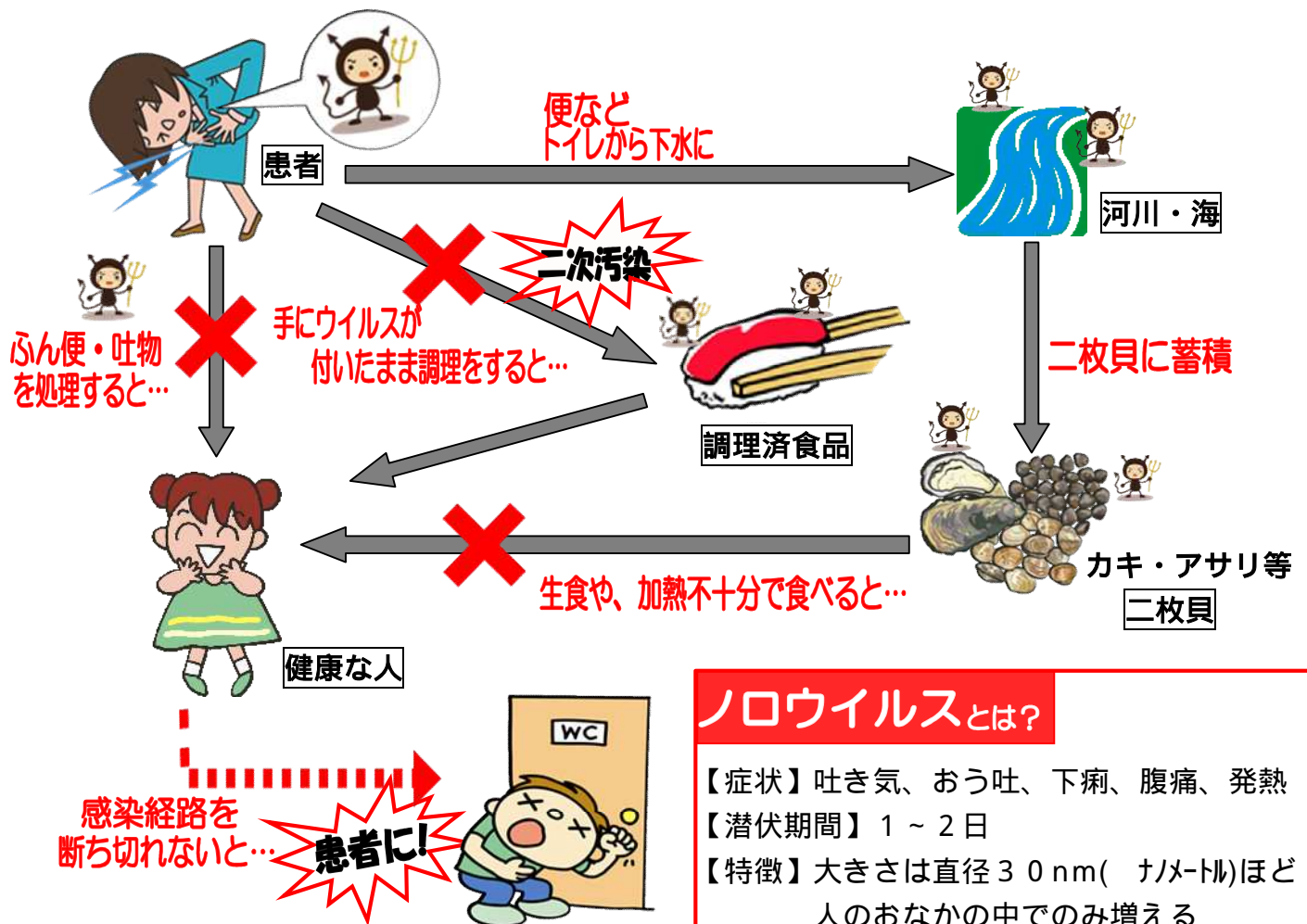
## ノロウイルスにご注意を!!

練馬区保健所生活衛生課食品衛生担当係  
TEL 5984-4675

食中毒は夏だけではありません。ノロウイルスによる食中毒が冬に多く発生しています!  
対策のポイントを押さえて、ノロウイルスによる食中毒を防ぎましょう!!

### ノロウイルスの感染経路は?

ノロウイルスには、**食品を介して感染**する場合(食中毒)と、**直接感染**する場合(感染症)があります。どちらも予防のポイントは、ウイルスの侵入ルートを断ち切る **×** ことです。



### ノロウイルスとは?

- 【症状】吐き気、おう吐、下痢、腹痛、発熱
- 【潜伏期間】1～2日
- 【特徴】大きさは直径30nm(ナノメートル)ほど  
人のおなかの中でのみ増える  
極少量でも感染、感染力が強い

1nm(ナノメートル):1mmの百万分の1の大きさ

# 感染経路を断ち切るには？

## 食品からの感染

カキなどの二枚貝を、**生・加熱不十分**で食べた時



感染している人が、**しっかり手洗いをしないで**調理したものを食べた時



## 対策は？

十分加熱！

食品は中心部まで、十分加熱しましょう！



しっかりと手洗い！

石けんを使い、1分以上のこすり洗いで、物理的にウイルスを

落としましょう！アルコールでは完全に消毒できません。



## ヒトからの感染

感染者が下痢やおう吐をした時  
感染者のふん便やおう吐物には、**大量のノロウイルスが排出**されています。

(注)感染しているのに、自覚症状のない人（**不顕性感染者**）のふん便にも、**大量ノロウイルスが排出**されています。

## 対策は？

しっかりと手洗い！

塩素系漂白剤で消毒！



**ふん便・おう吐物の処理**

⇒0.1%次亜塩素酸ナトリウム  
【原液5%の場合】50倍希釈  
水2Lに原液40ml

**衣類・調理器具等の消毒**

⇒0.02%次亜塩素酸ナトリウム  
【原液5%の場合】250倍希釈  
水2Lに原液8ml

## 効果的な手洗い方法(2度洗いがオススメ！)

石けん

手のひら

手の甲

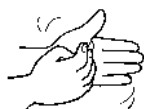
指の間

指先

親指

手首

十分すすいでキレイな  
タオルで拭きましょう！



100円均一  
でそろえる

ノロウイルス対策セット★



使い捨てビニール手袋、マスク、エプロン、ビニール袋  
バケツ、塩素系漂白剤、計量カップ、タオル、ペーパータオル  
上記のような吐物処理時等に使用するものは、100円ショップを  
利用しても簡単にそろえられ、安価なので気にせず捨てられます！

