

冬は特に気をつけて！

## ノロウイルス食中毒に要注意

食中毒は1年を通して発生しますが、毎年11月から2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の原因や症状は？

ノロウイルスは**非常に強い感染力**をもっており、**感染した調理者**などを介して二次汚染された食品や、ノロウイルスに汚染された食品を**加熱不十分**で食べることが原因となります。

主な症状は吐き気、おう吐、下痢、腹痛、発熱などです。

感染しても無症状の人や、軽い風邪のような症状で済む人もいるため、気づかないうちに感染を広げてしまうことがあります。

**乳幼児、高齢者など抵抗力の弱い方は重症化するおそれもあるので注意が必要です！**



## ●ノロウイルス食中毒の予防4原則！

## 持ち込まない

- ・ふだんから感染しないように、丁寧な手洗いや日々の健康管理を心がけましょう。
- ・腹痛や下痢などの症状があるときは、食品を直接取り扱う作業をしない。

## つけない

- ・食品や食器、調理器具などにノロウイルスを付けないように、調理の前後や食事前、トイレの後などは石けんで丁寧な「手洗い」を行いましょう。

## やっつける

- ・食品に付着したノロウイルスを死滅させるためには、**中心温度85℃～90℃で90秒以上の加熱**が必要です。
- ・調理器具は、洗剤などで十分に洗浄した後、熱湯(85℃以上)で1分以上加熱または、塩素消毒液(※塩素系漂白剤(原液の塩素濃度6%)を、水1ℓに対し5ml(ペットボトルのキャップ1杯)入れる)に浸して消毒します。  
アルコール消毒薬のみでは十分な効果が期待できません！



## ひろげない

- ・ノロウイルスが身近で発生したときは、感染を広げないために、**食器や環境などの消毒を徹底**することが必要です。  
※感染者が使用したり、おう吐物がついたものは他のものと分けて洗浄・消毒しましょう。
- ・おう吐物などの処理の際に二次感染しないように対策することが重要です。  
※おう吐物を処理するときは、使い捨てのマスクやガウン、手袋などを着用する。



「ノロウイルスに要注意！感染経路と予防方法は？」(政府広報)

<https://www.gov-online.go.jp/article/201811/entry-7449.html>をもとに作成

大津市保健所 衛生課 食の安全推進係

TEL:077-511-9203

☆X(旧Twitter):「大津市保健所衛生課」で検索！