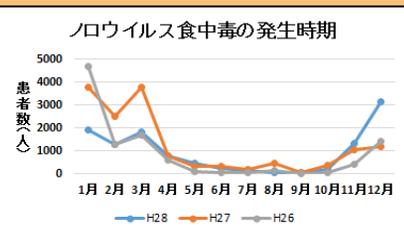


# ノロウイルスによる 食中毒に要注意！！

年間の食中毒患者数の約半分はノロウイルスによるものです。そのうち約8割は11月～3月に発生しています。

ノロウイルスは感染力が強く、大規模な食中毒など集団発生を起こしやすいため、注意が必要です。  
正しい知識を身につけ食中毒を防ぎましょう！



## ノロウイルスの特徴

- ・電子顕微鏡でなければ観察できないほど非常に小さな粒子です。
- ・手指や食品などを介して、**経口で感染し、人の腸管で増殖**します。
- ・**感染力が非常に強く、10個程度のウイルスでも感染し、大規模な食中毒となることがあります。**
- ・加熱（85～90℃で90秒）や塩素系漂白剤で死滅します。

## 症 状

- ・感染すると1～2日後に嘔吐・下痢・腹痛・発熱などを発症します。
- ・感染しても発症しない場合や軽い風邪のような症状の場合もあります。

## 感染経路

### ①食品からの感染（食中毒）

- ◎**感染した人が調理などをして汚染された食品を食べた場合。**
  - ・ウイルスの蓄積した、加熱不十分な二枚貝などを食べた場合。

### ②人からの感染（感染症）

- ・患者の便やおう吐物から人の手などを介して感染する場合。
- ・家庭や施設内などでの飛沫などにより感染する場合。

◎**食中毒の主な原因は、ノロウイルスに感染した調理従事者の手などを介して、食品を汚染させることによるものです。**



©岡山県「ももっち」「うらっち」

# ノロウイルス食中毒予防のポイント

## ①手洗い

ノロウイルスの感染予防には手洗いが重要です！  
調理開始前、作業工程ごと、トイレの後などこまめに丁寧に手洗いしましょう。



## ②健康管理

日頃から自分自身の健康状態を把握しましょう！  
下痢やおう吐、風邪のような症状がある場合には、調理に直接従事することは控えましょう。  
☆症状が治まっても、1週間から1ヶ月程度はウイルスが排出されることがあります。



## ③加熱

加熱して食べる食品は、中心部までしっかり加熱！  
中心温度85℃～90℃で90秒以上加熱しましょう。



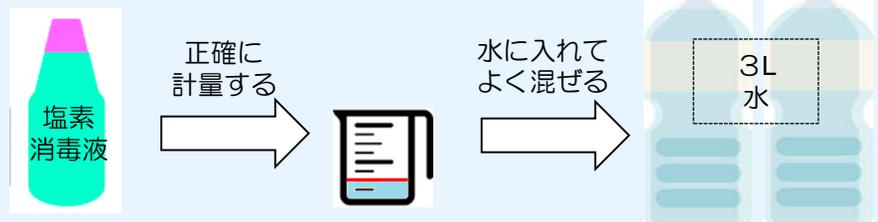
## ④洗浄・消毒

調理器具の洗浄・消毒は確実に！

調理器具等は洗剤などで十分洗浄してから、次亜塩素酸ナトリウム（塩素濃度200ppm）または熱湯で消毒する。



## 消毒液の作り方



製品の濃度	食器、調理器具等の消毒や拭き取り 200ppmの塩素消毒液		おう吐物等で汚染されたものの消毒 1000ppmの塩素消毒液	
	液の量	水の量	液の量	水の量
12%	5ml	3L	25ml	3L
6%	10ml	3L	50ml	3L

- 家庭用の次亜塩素酸ナトリウムを含む塩素系漂白剤でも作れます。
- 次亜塩素酸ナトリウム製品（原液）の表示をよく読み、濃度や使用期限を確認しましょう。
- 塩素は揮発しやすいため、作り置きはせず、使用の都度作りましょう。