

防ごう！

# ノロウイルス食中毒・感染症

ノロウイルス  
とは？

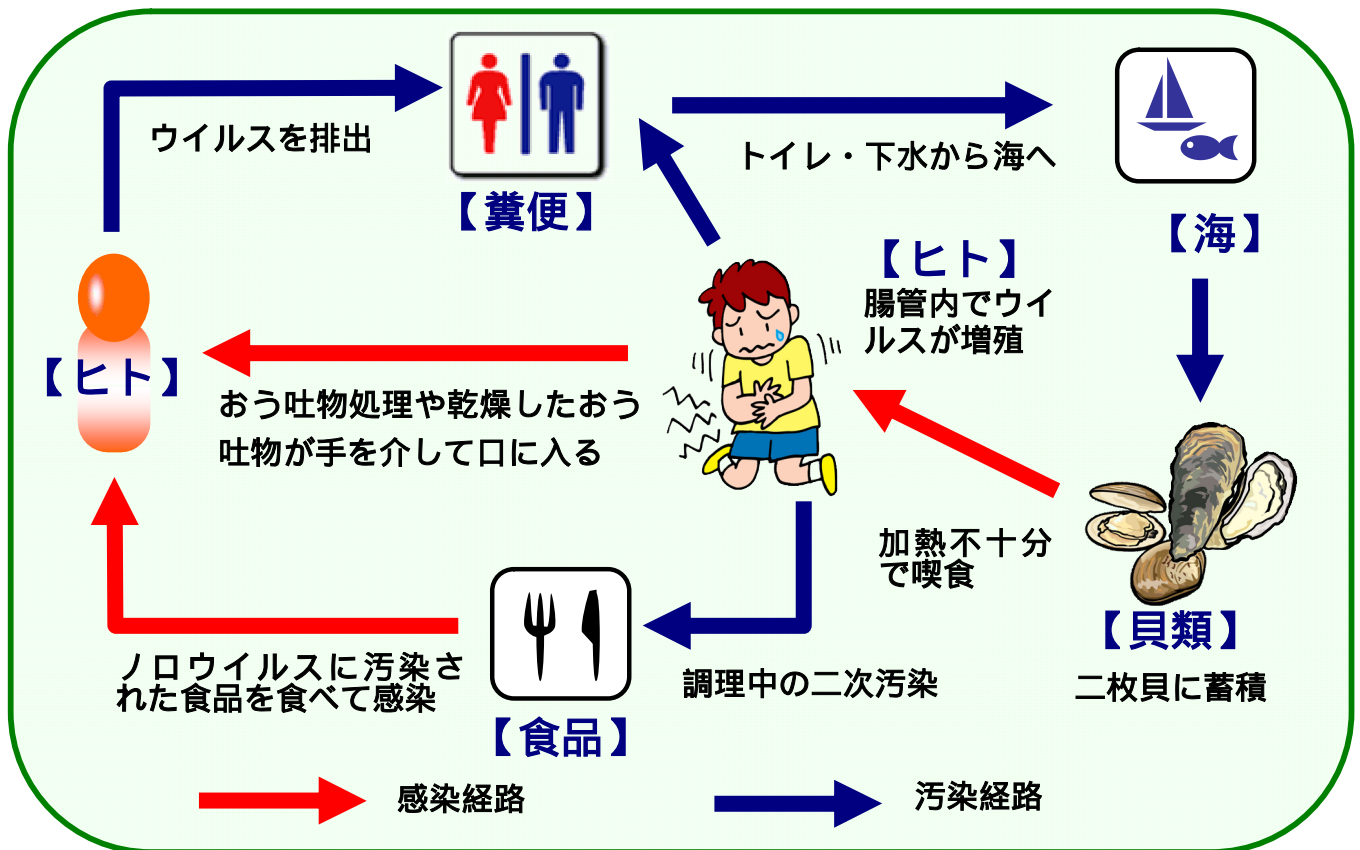
- 冬季を中心に発生する感染性胃腸炎の原因となります。
- 感染力が非常に強く、少量のウイルスが口から体内に入ることによって感染します。

## 症状

- 感染後24～48時間で、吐き気、おう吐・下痢・腹痛・発熱などの症状が現れます。

## 感染経路

- ノロウイルスに汚染された食品を食べて感染します。
- 感染した人の糞便やおう吐物などを介して感染します。



おう吐・下痢などの症状が出たら早めに医療機関に受診しましょう。  
予防には手洗いがもっとも大切です。

目黒区保健所

# 手洗いは食中毒予防・感染症予防の基本です

石けんを使い、泡立てて十分にこすり洗いし、水で洗い流すことにより、付着したノロウイルスは大幅に減少します。

## 手を洗うタイミングは？

調理開始前 調理の下処理後、  
ゴミなど汚れを触ったとき、  
ペットに触った後、

作業の切れ目・変わり目  
食事の前、トイレの後、  
おう吐物や糞便を処理した後

などには必ず手を洗いましょう。



上手な

## 手の洗い方

石けんを泡立て約30秒間もみ洗いします



石けんをつけ、手のひらをよくこする。



手の甲をのぼすようにこする。



指先・爪の間を念入りにこする。



指の間を洗う。

浮き出た汚れを流水で洗い流す。

ペーパータオルや清潔なタオルでよく拭き取る



親指と手のひらをねじり洗います。



手首も忘れず洗う。

○ 汚れが残りやすいところ

なお、手洗いは「二度洗い」が効果的です。で洗い流した後、もう一度から繰り返しましょう。

# おう吐物・糞便の処理方法

## 処理用セット

すぐに処理できるよう普段から準備しておくくと便利です

手袋（ビニール・ゴム製）、マスク、エプロン、拭き取るための布やペーパータオル、ビニール袋、次亜塩素酸ナトリウム、専用バケツ、その他必要な物品

汚染場所に処理する者以外の人が近づかないようにしましょう。  
処理をする人は使い捨て手袋とマスク、エプロンなどを着用しましょう。



おう吐物は使い捨ての布やペーパータオル等で外側から内側に向けて、拭き取り面を折り込みながら静かに拭い取りましょう。



同一面でこすると汚染を拡げるので注意

使用した使い捨ての布やペーパータオル等はすぐにビニール袋に入れ処分しましょう。



ビニール袋に 0.1%次亜塩素酸ナトリウムを染み込む程度に入れ消毒を。

おう吐物が付着していた床とその周囲を、**0.1%次亜塩素酸ナトリウム**を染み込ませた布やペーパータオル等で覆うか、浸すように拭きましょう

カーペット等は変色する場合があります。スチームアイロンなど 85℃ 1 分間以上の高温処理法もあります。

処理後は手袋をはずして手洗いをしましょう。手袋は、使った布やペーパータオル等と同じように処分しましょう。



おう吐物の処理時とその後は、部屋の窓を大きく開けるなどして換気し、換気設備がある場合には必ず作動させましょう。

下痢している人がいるときはトイレのドアノブも消毒しましょう。

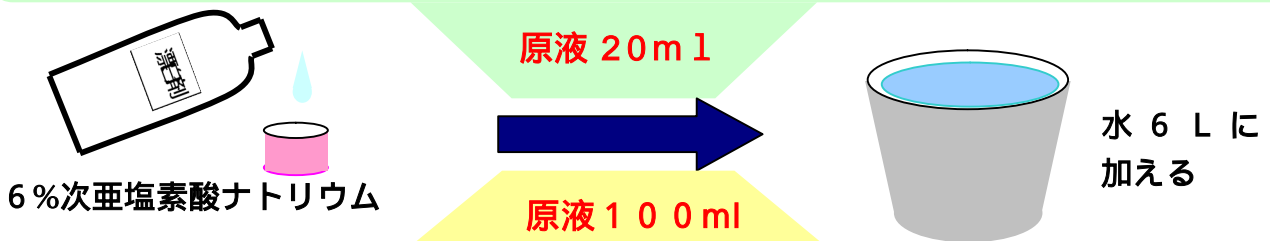
処理する人自身が感染しないように注意しましょう。

# 消毒液の作り方

$$\frac{\text{水の量(ml.)} \times \text{作りたい次亜塩素酸ナトリウムの濃度(%)}}{\text{原液の次亜塩素酸ナトリウムの濃度(%)}} = \text{原液の量(ml.)}$$

## 0.02% (200ppm) 消毒液の作り方

調理器具・トイレのドアノブ、便器等の消毒、衣類の消毒  
(金属の場合は腐食性があるので、後から水拭きが必要)



## 0.1% (1000ppm) 消毒液の作り方

おう吐物・糞便の処理・処理した後の床



### 予防法 (食中毒)

貝類は、**中心部までよく加熱**しましょう。酢や湯通し程度ではウイルスは死にません。

生鮮食品(野菜、果物など)は**十分に洗浄**しましょう。

まな板や包丁などはよく**洗浄・消毒**し、清潔なものを使って、二次汚染を防ぎましょう。

使用後や調理前には**よく手を洗い**ましょう



### 問い合わせ先

- 1 感染症予防に関すること  
目黒区保健所保健予防課 感染症対策係
- 2 食中毒予防に関すること  
目黒区保健所生活衛生課 食品衛生係

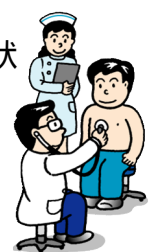


### 予防法 (感染症)

おう吐物や便などを処理するときには、使い捨て**手袋**や**マスク**を使用しましょう。

おう吐物を処理するときに使った雑巾などは、**塩素系漂白剤**で**消毒**してから捨てましょう。

おう吐・下痢などの症状があれば早めに医師に受診しましょう。



電話番号 5722-9896

電話番号 5722-9506