

今回のテーマ 防ぎましょう！！ ノロウイルス

ノロウイルスは、冬季を中心に発生する感染性胃腸炎の原因となるウイルスです。感染力が非常に強く、ごく微量のウイルスでも口から入り、小腸で増殖し、症状を引き起こします。今回は、ノロウイルスによる感染を防ぐためのポイントをまとめました。

ノロウイルスに感染するとどんな症状になるのですか？

潜伏期間（感染から発症までの時間）は24～48時間です。主症状は吐き気、おう吐、下痢や腹痛で、発熱は軽度です。通常、これらの症状が1～2日続いた後、快方に向かい、後遺症が残ることもほとんどありません。また、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。

ただし、抵抗力が弱い乳幼児や高齢者はおう吐物をのどに詰まらせたり、脱水症状を引き起こすことがあるので、こまめに水分補給につとめ、早めに医療機関を受診しましょう。

ノロウイルスの感染経路は？

ノロウイルスは口から入ることで感染しますが、主に以下の2つの経路により感染します。

食品から

- ・ウイルスに汚染された食品（カキ等の二枚貝に含まれていることがあります）を、生または十分に加熱しないで食べた場合。
- ・ノロウイルスに感染した人が調理中に手指等を介して食品や水を汚染し、その汚染食品を食べたり飲んだりした場合。

【生や加熱不足】

【感染者からの二次汚染】



※カキ等の二枚貝は、85～90℃で90秒以上加熱してください。



食品以外から

- ・患者の便、おう吐物等の飛沫やそれに触れた手指等を介してウイルスが口から入った場合。
- ・患者のおう吐物が乾燥してチリやほこりとなり、それを吸い込んだ場合。

接触感染！
飛沫感染！



感染を広げないために、おう吐物・便は正しく処理しましょう！

患者のおう吐物や便などは、次の方法ですみやかに処理し、二次感染を防止しましょう。

1. 使い捨てのマスクや手袋などを着用します。
2. ペーパータオル等で静かに拭き取り、塩素消毒液で消毒後、水拭きをします。
3. 拭き取ったおう吐物や手袋などは、ビニール袋に密閉して廃棄します。
4. 終わったら、丁寧に手を洗います。



◆ 消毒は塩素系漂白剤で！ ◆

ノロウイルスの消毒には、塩素消毒が有効です。家庭用の塩素系漂白剤を薄めた液で、しっかり消毒を行いましょう。



＜家庭用漂白剤を用いた消毒剤の作り方＞

※一般的な市販品の家庭用漂白剤の原液濃度は5～6%です。

用途	濃度	作り方
調理器具やドアノブなどを消毒する場合	約200ppm	2Lペットボトル1本分の水にキャップ2杯分の漂白剤を加える
おう吐物などの汚染場所を消毒する場合	約1000ppm	500mlペットボトル1本分の水にキャップ2杯分の漂白剤を加える

手洗いが大事！！ ～食中毒の防止は手洗いから～

右の図は、「正しい手洗い」の手順です。
ノロウイルスの感染を予防するために、
最も効果的な方法は「正しい手洗い」です。

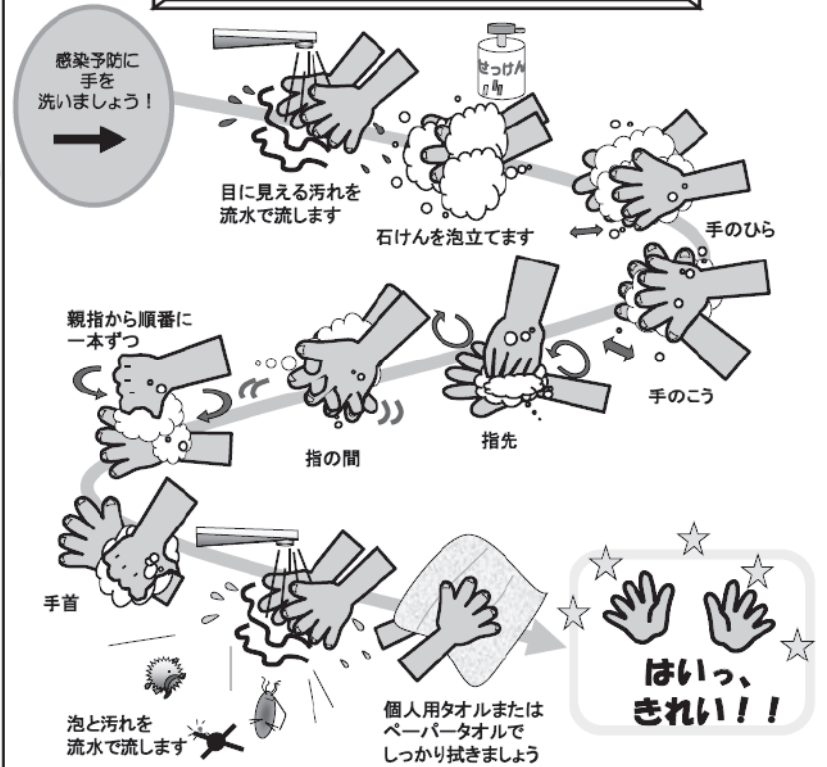
◆ 手を洗うタイミング ◆

- ・帰宅時やトイレの後
- ・ごみなど汚れたものを触った後
- ・食品を取り扱う前
- ・食事の前
- ・おう吐物・排泄物などを処理した後

◆ 汚れの残りやすいところを丁寧に ◆



◆◆◆手洗いの手順◆◆◆



手洗いは、感染症予防の基本でもあります。日頃から、正しい手洗いを身につけましょう。

食の現場

探訪ラリー

※2か所以上（うち1か所は農場）を訪問した応募者の中から、抽選で図書カードをプレゼント！！

- ◆ラリー対象施設：「食の現場公開事業※」の登録事業者
- ◆ラリー実施期間：平成29年1月31日（火）まで



～訪問の流れ～

1 訪問先を選ぶ

- 県に登録している食の現場登録事業者から、訪問先を選びます。
- 訪問先は、県ホームページをご覧ください。

食の現場公開事業

検索

クリック！

2 訪問日時を決める

- 「県の食の現場探訪ラリーで訪問見学したい」と事業者にお伝えの上、日程調整をしてください。

※事業者の業務の都合により、ご希望に添えない場合があります。ご協力をお願いします。



3 約束日時に訪問

- 事業者と交流できる機会です。いろいろな質問をしてみましょう。
- 最後に、忘れずに事業者の押印、サイン、ラリーポイントシールのいずれかひとつをもらいましょう。

※「食の現場公開事業」とは

消費者のみなさんが、農場から加工・流通・販売までの食に関する施設を訪問し、施設見学や事業者と意見交換することなどにより、「食」の安全・安心への取り組み等について知識や理解を深めるとともに、「食」に関する不安や疑問の解消につながることを目的とした事業です。

★ラリー台紙（応募用紙）は、県ホームページからダウンロードできます。



御意見・御感想
お問い合わせは
こちらへ

〒371-8570 前橋市大手町1-1-1

群馬県健康福祉部 食品・生活衛生課 食品安全推進室

TEL：027-226-2424 FAX：027-221-3292

電子メール：shokuseika@pref.gunma.lg.jp