

ノロウイルスに注意！

警報！ 感染性胃腸炎が流行しています！

ポイント
は
手洗い
です！



1 感染性胃腸炎とノロウイルス

感染性胃腸炎は、細菌やウイルスなどの感染によって起こる胃腸炎の総称で、冬場に流行する感染性胃腸炎は、嘔吐や下痢等を主な症状とするノロウイルスやロタウイルスなどが主な原因と考えられています。

感染力がとても強いウイルスで、あらゆる年齢層の方に感染します。

消毒剤への抵抗性が強く、消毒用アルコールは効果が弱いとされていますが、次亜塩素酸ナトリウム（塩素系の消毒剤や家庭用塩素系漂白剤）であれば、十分な消毒ができることとされています。

2 感染経路

【人から人へ】

○トイレ、お風呂、ドアノブ、共用タオルなどを介して感染。

【食べ物から】

○ウイルスに汚染された二枚貝を生で食べたり、十分に加熱しないで食べた場合。

○ウイルスが付着した調理器具（ふきん、包丁、まな板）や水などを使用して、加熱しないで食べる食品や加熱調理した後の食品を切るなどした場合など。

【環境から】

○適切に処理されず床等に残った便・嘔吐物等が乾燥し、ウイルスが空气中に舞い上がる。舞い上がったウイルスが口から入り感染。

3 ノロウイルスの症状は？

○ノロウイルスが体の中に入ってから発症するまでの期間（潜伏期間）は、平均で24～48時間です。

○主な症状は、下痢、吐き気、嘔吐、腹痛、発熱など（通常1～3日程度で回復します）

○ウイルスは、感染後1週間、長いときは1カ月程度の期間、ふん便中に排出されます。

4 感染・食中毒予防のポイント

【最も有効な予防対策は「手洗い」】

○トイレのあと、調理前等、食事の前には必ず流水と石けんによる手洗いをしましょう。

○ウイルスに汚染された可能性のある食材（貝類等）を取扱い・調理したあとには必ず流水と石けんによる手洗いをしましょう。

※加熱しないで食べる食材（サラダ等）の取扱い・調理についても注意してください。

○タオルの共用はやめましょう。

【食品を十分に加熱しよう！】

○ウイルスに汚染されている可能性のある食品は、中心温度85度以上で1分間以上加熱して食べましょう。