

ノロウイルス食中毒予防のポイント

特に**症状がなくても感染者である可能性を自覚し**、ノロウイルス食中毒を予防しましょう

調理する人の健康管理

- 普段から感染しないように食べ物や家族の健康状態に注意する。
- 症状があるときは、食品を直接扱う作業をしない。
- 症状があるときは、すぐに責任者に報告する。

食品の加熱調理

- 中心温度 85～90℃で 90 秒以上加熱しましょう。

作業前などの手洗い

- 洗うタイミングは、
 - ・トイレに行ったあと
 - ・調理施設に入る前
 - ・料理の盛付けの前
 - ・次の調理作業に入る前
 - 石けんを使用し、汚れの残りやすいところをていねいに洗い、流水でしっかり流しましょう。
 - ・指先、指の間、爪の間
 - ・親指の周り
 - ・手首
- ※**2回繰り返すと効果的**です。

調理器具の消毒

- 洗剤などで十分に洗浄し、熱湯で加熱又は次亜塩素酸ナトリウム等の消毒剤で消毒する。

- ※消毒剤の十分な効果を得るためには、使用前の清掃や洗浄が重要です。
- ※有効性を示す製品を選択し、正しい使用法で用いましょう。

特徴

- 人の小腸のみで増殖し、下痢、おう吐等の胃腸炎症状を呈する。
- 少ないウイルス量(10～100 個程度)でも感染する。
- 症状がなくなっても、数週間、便とともにウイルスを排泄する。
- 感染しても症状が出ない人(不顕性感染者)でも、便中にウイルスを排泄する。

症状

- 【潜伏時間】
 - ・感染から発症まで 24～48 時間。
- 【主な症状】
 - ・吐き気、おう吐、下痢、腹痛、発熱が 1～2 日続く。
 - ・感染しても症状のない場合や、軽い風邪のような症状のこともある。
 - ・乳幼児や高齢者は、おう吐物を吸い込むことによる肺炎や窒息、脱水による重症化にも要注意。

県内の食中毒発生状況(長野市・松本市含む) R4年4月1日からR5年1月18日まで

- 【発生件数】
9 件 (うちノロウイルス 1 件)
- 【患者数】
129 名 (うちノロウイルス 10 名)

感染経路

- 【食品から感染】
 - ・感染した人が調理や盛付けなどをして汚染された食品
 - ・ウイルスの蓄積した、加熱不十分な二枚貝を食べる。
- 【人から感染】
 - ・患者の便やおう吐物からの二次汚染。
 - ・家庭や施設内などでの飛沫などによる感染。

【塩素消毒の方法】

次亜塩素酸ナトリウムを水で薄めて「塩素消毒液」を作ります。家庭用の塩素系漂白剤でも代用できます。

製品の濃度	調理器具、環境などの消毒や拭き取り (200ppm の濃度の塩素消毒液)		おう吐物などの処理 (1000ppm の濃度の塩素消毒液)	
	液の量	水の量	液の量	水の量
12%	5 mL	3 L	25mL	3 L
6%	10mL	3 L	50mL	3 L