



3月31日まで 「栃木県ノロウイルス食中毒予防推進期間」です

ノロウイルス食中毒予防と、新型コロナウイルスやインフルエンザなどの感染症予防には「石けんを使って、こまめに手を洗うこと」が、きわめて重要です！

手を洗うタイミング



手を洗うタイミングを日頃から意識すると効果的です

- ☑ トイレの後
- ☑ オムツを替えた後
- ☑ 病気の人をお世話する時
- ☑ 帰宅後
- ☑ 外にあるものに触った後
- ☑ 動物と触れ合った後
- ☑ せきやくしゃみをした後
- ☑ 鼻をかんだ後
- ☑ 調理前
- ☑ 食事前

症状が無くても、油断大敵！

1. 普段から、食べ物や家族の健康状態に注意して、自分が感染しないように心がけましょう。健康だと思っていなくても自分や家族がノロウイルスに感染していることがあります。
2. 下痢や嘔吐などの症状があるときは、食事作りに携わらないようにしましょう。

調理器具等の適切な消毒が有効です！

1. 調理器具等は、十分に洗浄後、『次亜塩素酸ナトリウム液（塩素濃度200ppm）』で5分以上浸します。
2. 塩素消毒できない器具は、熱湯消毒します。

次亜塩素酸ナトリウム液の調製方法（6%含有の市販品を使用した場合）

消毒したい物	塩素濃度	希釈方法 (ペットボトルキャップ1杯=約5ml)
まな板、ふきん	約0.01%	原液キャップ1杯弱 + 水2ℓ
調理器具	約0.02%	原液キャップ1.5杯 + 水2ℓ
おう吐物、床、壁	約0.1%	原液キャップ7杯 + 水2ℓ

- ・次亜塩素酸ナトリウム液は、時間が経つと効果が弱まりますので、必要な時に必要な量だけ作り、作り置きをしないようにしましょう。
- ・誤って飲んだり、調理に使用したりしないように容器にラベルを貼り、飲食物とは確実に区別して管理しましょう。