

# ノロウイルスによる 食中毒を 予防しましょう!!



## ノロウイルスによる 食中毒予防の4原則

- ① 持ち込まない  
○ 石鹸による事前の手洗いの励行  
(2回以上を推奨)  
○ 健康管理(下痢、おう吐等体調不良時には食品を取り扱わない)の徹底
- ② 拡げない  
○ 石鹸による手洗いの徹底  
○ 調理施設のこまめな清掃  
○ トイレの定期的な清掃、消毒
- ③ 加熱する  
○ 食品の中心温度85℃  
90℃で90秒以上の加熱の徹底
- ④ つけない  
○ 石鹸による手洗いの徹底  
○ 使い捨て手袋やマスクの正しい着用(素手で直接食品に触れない)  
○ 衛生的な作業着の着用  
○ 非加熱食品、加熱後の食品の取り扱いに特に注意が必要  
○ 調理設備、器具の適切な洗浄、消毒(方法↓煮沸、次亜塩素酸ナトリウム液など)及び使い分け(交差汚染の防止)の実施

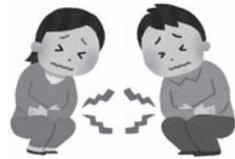


## ノロウイルスの特徴は?

### 感染経路

- 《食品からの感染》  
○ 感染した人が調理などをして汚染された食品  
○ ウイルスが蓄積した、加熱不十分な二枚貝  
《人からの感染》  
○ 患者の便やおう吐物からの二次感染  
○ 家庭や施設内等での飛沫による感染

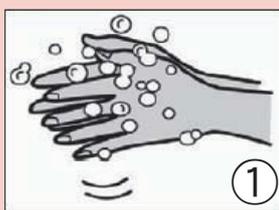
### 症状



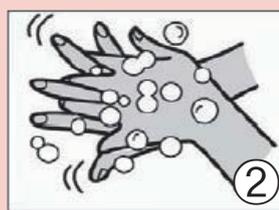
- 《潜伏期間》  
○ 感染から発症まで24〜48時間  
《主な症状》  
○ 吐き気、おう吐、下痢、腹痛等が1〜2日続きます。  
※感染しても症状のない場合や、軽い風邪のような症状のこともあります。

## 「石鹸を使ってこまめに手洗いをする事」が、きわめて重要です!

ノロウイルスがついた人の手で、扱った食品をノロウイルスで汚染してしまう危険性があるため、適切に洗って清潔にした手で、食品を取り扱ってください。



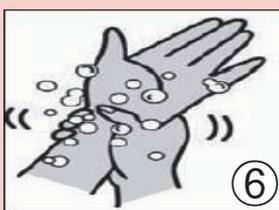
① 流水でよく手をぬらした後、石鹸をつけ、手のひらをよくこすります



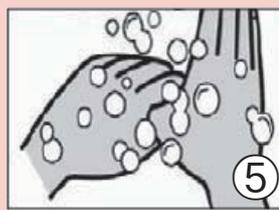
② 手の甲をよくのばすようにこすります



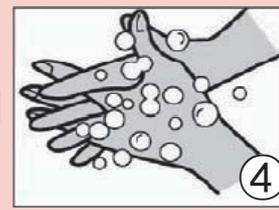
③ 指先、爪の隙間を念入りにこすります



④ 指の間、付け根を洗います



⑤ 親指を手のひらでねじり洗い



⑥ 手首も忘れずに洗います

①〜⑥まで2回繰り返し洗ったら、流水で十分にすすぎます。濡れた手は、ペーパータオルなどで水分をよく拭き取って乾かします。

【手を洗うタイミング】●トイレに行った後●調理室に入る前●別の調理作業に入る前●料理の盛り付け作業前等