

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℃以上、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



ノロウイルス食中毒は、冬季に続発する傾向があります。食中毒を予防するために、食品の取り扱いには十分気を付けましょう。

- ### 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

問 県南健康福祉センター 生活衛生課食品衛生担当
☎ 0285(22)4235