



# 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。

### 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ります。

### 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
- ・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
- ・トイレの定期的な清掃、消毒も不可欠

#### 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

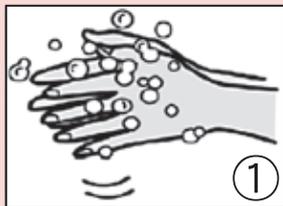


#### ④ つけない

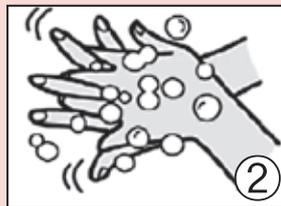
- ・使い捨て手袋やマスクの正しい着用（素手で直接食品に触れない）
- ・衛生的な作業着の着用
- ・非加熱食品、加熱後の食品の取り扱いに特に注意が必要

## 「石鹸を使ってこまめに手洗いをする」が、きわめて重要です！

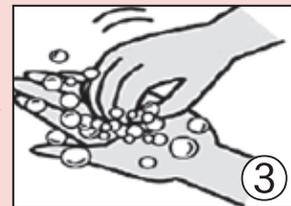
ノロウイルスがついた人の手で、扱った食品をノロウイルスで汚染してしまう危険性があるため、適切に洗って清潔にした手で、食品を取り扱ってください。



① 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります



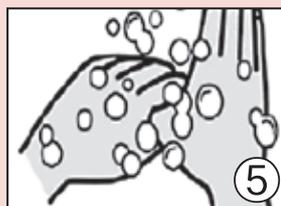
② 手の甲をよくのばすようにこすります



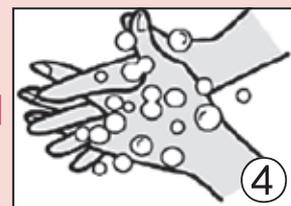
③ 指先、爪の隙間を念入りにこすります



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