

## ノロウイルス食中毒を予防するために

冬場であってもノロウイルスなどにより、食中毒は発生します。

ノロウイルスは手指や食品などを介して感染し、おう吐、下痢、腹痛などを起こします。ノロウイルス食中毒の発生を防止するために、食品関係事業者の方はもちろんですが、一般家庭においても食中毒予防を心がけてください。

### 1 清潔な調理（持ち込まない）

- ・調理を行う場所は、常に清潔を保つようにしましょう。
- ・魚介類や肉類に用いる包丁、まな板等の調理器具は、専用として使い分け、調理器具を介して他の食品を汚染しないよう注意しましょう。
- ・野菜などの生鮮食品は十分に洗浄しましょう。
- ・下痢、おう吐などのある人は、調理に従事しないようにしましょう。

### 2 正しい手洗い（つけない）

- ・正しい手洗いを実行しましょう。
  - ・用便後や調理前には手洗い（消毒を含む。）を徹底しましょう。
- 食品関係営業に携わる方は、食品に直接触れる際には「使い捨て手袋」を使用しましょう。

### 3 ノロウイルスを殺すための加熱（加熱する）

- ・加熱はもっとも効果的な殺菌方法ですが、ノロウイルスは85℃1分以上の加熱が必要です。
- ・二枚貝などは、中心部まで十分加熱しましょう。

### 4 おう吐物・下痢便の処理（ひろげない）

衣服や物品、おう吐物を洗い流した場所の消毒は次亜塩素酸系消毒剤（濃度は200ppm以上、家庭用漂白剤の場合は約200倍程度に薄めて）を使用してください。ノロウイルス感染症の場合、そのおう吐物や下痢便には、ノロウイルスが大量に含まれています。そしてわずかな量のウイルスが体の中に入っただけで、容易に感染します。