

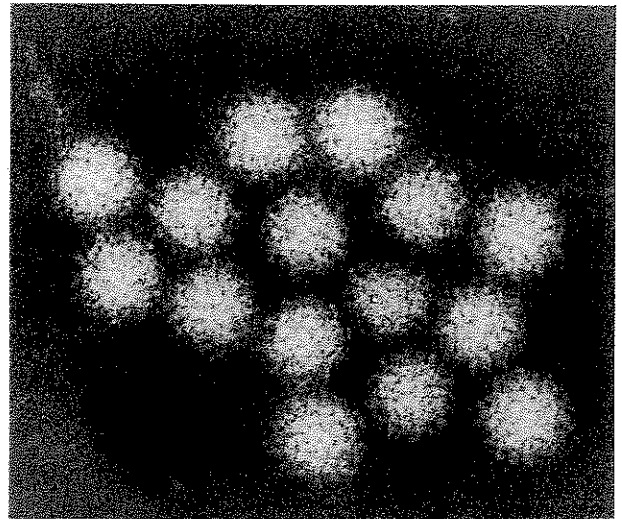
ノロウイルスに注意

～ノロウイルス食中毒を予防しましょう～

ノロウイルスは、感染性胃腸炎の原因となるウイルスの一つで、食中毒の原因にもなっています。特に冬から春先（11月～3月）に流行する傾向がありますが、一年を通じて発生しています。

ノロウイルスの特徴

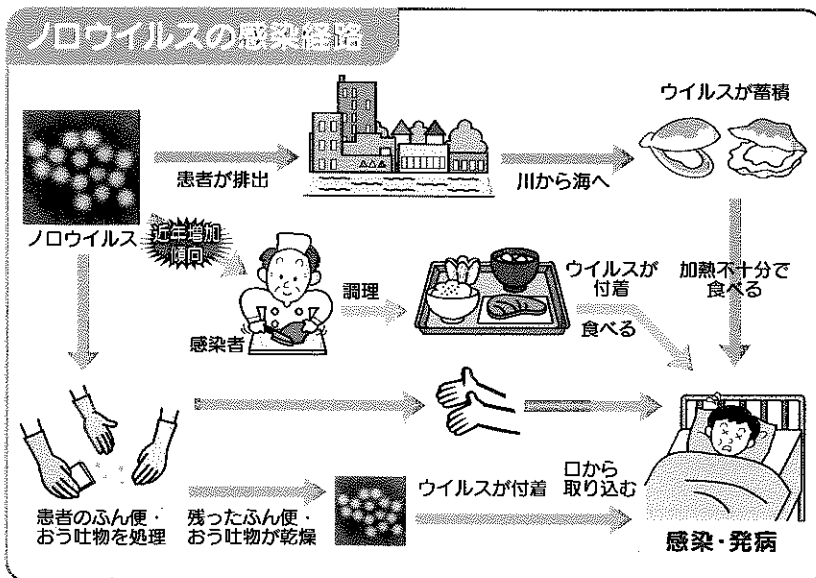
- ヒトの体の中（腸管内）でだけ増殖することができます。
- 乾燥などに強く、少量でも感染する力を持っています。
発症菌量：ノロウイルス 10～100個程度
- 感染から発症までの時間は24～48時間です。通常、症状が1～2日続いた後、治癒し、後遺症もありません。感染しても症状がなく、ふん便中から検出される場合もあります。
症状：吐き気、おう吐、下痢が主症状です。
軽い風邪のような症状の場合もあります。



ノロウイルス顕微鏡写真（愛媛県立衛生環境研究所提供）

ノロウイルスの感染経路

ほとんどが経口感染で、次のような感染経路があると考えられています。



近年では、ノロウイルスに感染したヒトが十分に手洗いを行わず、ウイルスが手に付いたまま調理を行なってしまい、食品を汚染した事例が増えています。

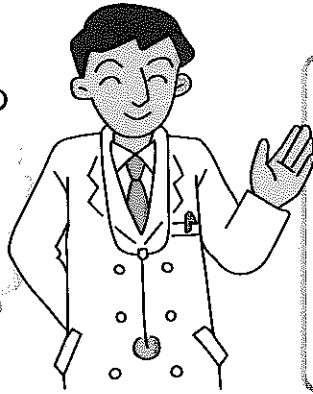
ノロウイルスと食中毒細菌の違い

特徴と対策	ノロウイルス	一般的な食中毒菌	
加熱による殺菌	有効	有効	
殺菌に必要な温度	85℃・1分	75℃・1分	
消毒薬	アルコール	×	有効
	逆性石けん	×	有効
	次亜塩素酸ナトリウム	有効	有効
食品中での増殖	増えない	増える	
発症に必要な摂取量	10～100個	数10万個	
人から人への感染	有り	無し	
糞便や吐物からの感染	有り	無し	
乾燥への抵抗性	強い	弱い	
発症しない感染者	有る	有る	
回復後の糞便への排出	排出	×	

ノロウイルス食中毒の予防方法

ノロウイルスの殺菌は、85℃で1分以上の加熱または次亜塩素酸ナトリウムが効果があります。(エタノールや逆性せっけんはあまり効果がありません。)

ノロウイルスは、食品の
中では増殖しません。
食中毒予防の原則
「つけない」
「やっつける」
を徹底しましょう



食中毒予防の原則

ノロウイルスをつけない

食品をウイルスに触れさせないこと(手や調理器具が媒介)

対策 ●洗う ●包む

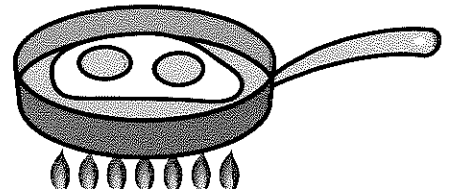
ノロウイルスをやっつける

加熱が不十分なき、食品内部のウイルスは死なない
(ハンバーグなど)

対策 ●加熱 ●殺菌

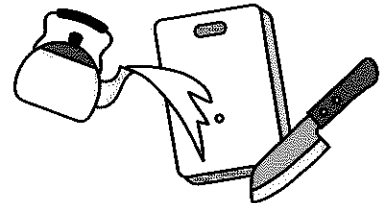
食材の加熱

★食材の調理時は、中心部まで十分に加熱するようにしましょう。
(85℃ 1分以上)



調理器具の衛生

★まな板、包丁、ふきん等は熱湯(85℃ 1分以上)や次亜塩素酸ナトリウム(塩素濃度200ppm)で十分殺菌します。

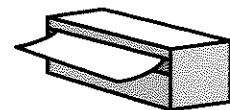


調理従事者の衛生

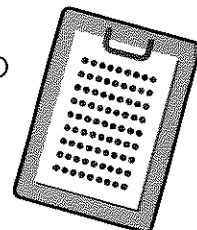
★常に専用の手洗い設備を使用して、調理前や調理中、トイレの後の手洗い(1回では不十分な場合があるので2回以上)を徹底します。手洗い後は、使い捨てペーパータオル等を使用して手を拭き、タオル等の共用はしないこと。



★食品の盛り付け作業時には、使い捨て手袋を使用しましょう。
(加熱した後の二次汚染に注意)

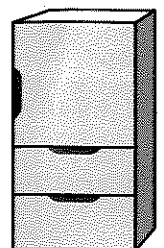


★調理従事者は、下痢、吐き気、おう吐、腹痛、発熱等風邪に似た症状があったときは、調理行為に携わらないようにするとともに、医療機関等で早めに受診するようにしましょう。また、下痢やおう吐等の症状が無くなっても、通常では1週間程度長いときには1ヶ月程度ウイルスの排泄が続くことがあるので、症状が改善した後も注意が必要です。



★飲食店営業等営業者は、調理従事者の健康状態の確認を毎日行ない、記録に残すようにしましょう。

★調理従事者は、常日頃からその生活環境においてノロウイルスに感染しないよう自覚しましょう。



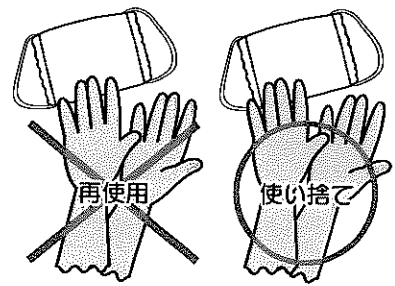
施設の衛生

★施設内のトイレは定期的に清掃し、次亜塩素酸ナトリウムで消毒しましょう。

★冷蔵庫の取手、水道カラン、ドアノブ等の手指の触れる場所を定期的に消毒しましょう。

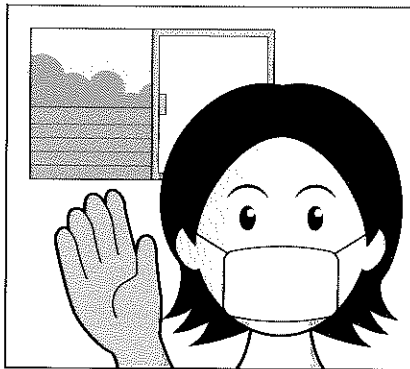
ふん便、おう吐物の処理

★ノロウイルスは、乾燥すると容易に空中を漂い、これが口に入ると感染することがあるので、おう吐物やふん便は乾燥しないうちに床等に残らないよう速やかに処理し、処理した後は十分に換気を行うことが感染防止に重要です。患者の便、おう吐物の処理には細心の注意を払いましょう。



用意する物

- 使い捨てタオル、ペーパータオル等
- 次亜塩素酸ナトリウム
- マスク
- ビニール袋等、液漏れしない密封できる袋
- 使い捨て手袋
- 手洗い用の洗剤



① 指輪や腕時計は外し、使い捨て手袋やマスクを着用しましょう。換気にも注意してください。



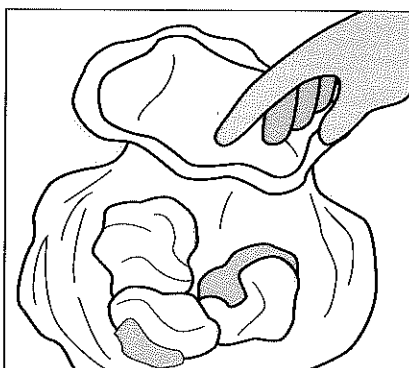
② 汚物中のウイルスが飛び散らないように、ペーパータオル等で静かに拭き取ります。



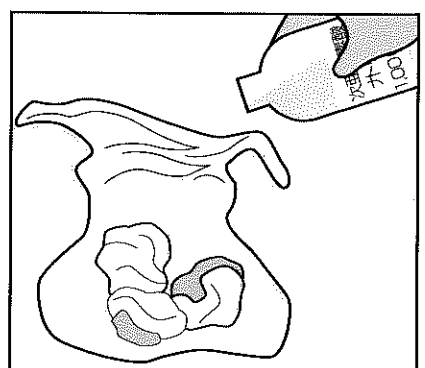
③ 次亜塩素酸ナトリウム(約200ppm)で浸すように拭き取ります。できるだけ広範囲を拭きとるようにしましょう。



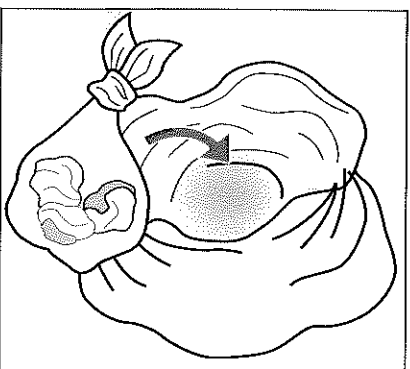
④ 水拭きします。次亜塩素酸ナトリウムは金属腐食性があるので注意しましょう。



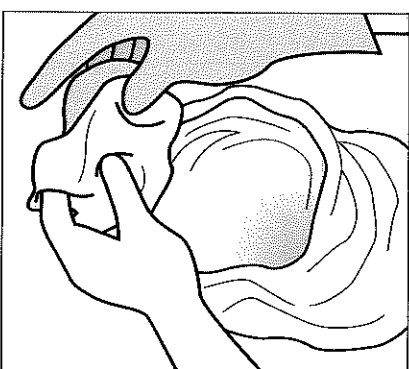
⑤ 使用したペーパータオル等は、ビニール袋等に入れます。



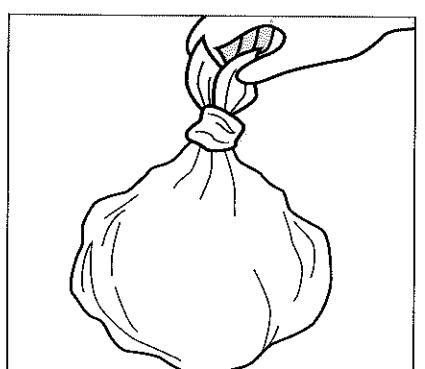
⑥ このとき次亜塩素酸ナトリウム(約1,000ppm)に5~10分間つけた後密閉します。



⑦ ナイロン袋等に、口を閉じた袋を入れます。



⑧ 手袋を裏返しながらかげます。



⑨ 内部を触らないようにして口を縛り、捨てます。必ず処理の最後にはよく手を洗きましょう

【ノロウイルス食中毒の発生原因(平成21年厚生労働省食中毒事件録 抜粋)】

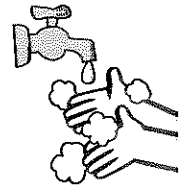
- ★ノロウイルスに汚染されたカキおよび二次汚染された食品を提供したためと推定した。
- ★アサリ等の二枚貝の加熱不良、又は調理中の二枚貝からの二次汚染が推定される。
- ★ノロウイルスに不顕性感染の調理従事者が、手洗い不十分で調理し、調理品にウイルスを付着させたためと推定した。
- ★調理従事者に体調不良者がおり、その者の検便からノロウイルスを検出したため、二次汚染が原因であると推定された。
- ★調理場内の手洗い設備が撤去された状態で調理をおこなっていた。調理従事者はノロウイルスに感染していたため、手洗い不備が発生原因と考えられた。

しっかり洗おう! 5箇所 手洗いのポイント

消毒用アルコールは、
ノロウイルスにあまり
効果がありません。
こすり洗いを徹底
しましょう。



正しい手洗い方法



- ① 水で手を濡らし、石けんを十分に泡立てます。
- ② 指、腕を洗います。特に、指の間、指先をよく洗いましょう。(30秒程度:左図参照)
- ③ 石けんをよく洗い流します。(20秒程度)
- ④ ①～③をもう一度繰り返します。
- ⑤ 使い捨てペーパータオル等で拭きます。(タオル等の共用はしないこと。)エプロン等でふくのもやめましょう。

注)石けん自体にはノロウイルスを直接失活化する効果はありません。ただし、手の脂肪等の汚れを落とすことにより、ウイルスを手指から剥がれやすくする効果があります。

松山市保健所 生活衛生課 食品衛生担当

〒790-0813 松山市富町6丁目30-5 TEL 089-911-1808