

# ノロウイルスに要注意!

ノロウイルスに感染した調理従事者を介した食中毒事例が多く見受けられます。

ノロウイルスに感染しても、嘔吐、下痢などの症状が出ない場合もあるので注意が必要です。

ノロウイルスは、1年をとおして食中毒の原因となるウイルスで、特に、冬場の食中毒の主な原因となります。

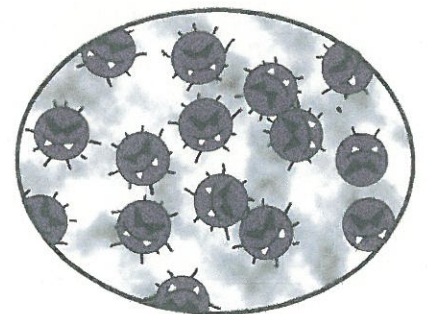
## ◎ノロウイルスの主な症状



- 潜伏期間は、通常 24 時間～ 48 時間。
- 主な症状は、吐き気、嘔吐、下痢、発熱など。
- 2～3日で回復します。
- 高齢者や幼児など抵抗力の弱い人は重症化することもあります。
- 感染しても症状が出ない人がいます。

## ◎ノロウイルスの特徴

- 感染力が非常に強く、集団生活を行う場所では感染が拡がりやすいです。
- 食品中では増殖せず、人の腸管内でのみ増殖します。
- 少量(10～100個)のウイルスでも感染することがあります。
- 発症者のふん便中には、多くの場合、1gあたり10億個以上のウイルスが排出され、吐物中には、1万～1億個程度のウイルスが排出されます。
- 感染しても症状が出ない人のふん便中にも大量のウイルスが排出されます。
- 症状は数日で治まりますが、回復した後も1週間から1ヶ月程度ふん便中にウイルスが排出されると言われています。
- アルコールや逆性石けんの消毒効果は期待できません。



# ◎ノロウイルスの感染経路

## 食べ物→ヒト (二枚貝感染ルート)

経路1

カキなどの二枚貝を、生や十分に加熱調理しないで食べるにより感染します。これは、ヒトのふん便中のノロウイルスが、河川、海に流れ出て、二枚貝の体内に蓄積されるためです。

### 事例1

ウイルスに汚染された二枚貝を生で食べて感染した。

## ヒト→食べ物→ヒト (食品取扱者感染ルート)

経路2

ノロウイルスに感染したヒトが、十分手洗いを行わず調理をすることにより、手や調理器具からウイルスが食品にうつります。その食品を食べたヒトがノロウイルスに感染します。

### 事例2

ウイルスに感染している調理従事者から、手指・調理器具を介して学校給食が汚染され大規模食中毒となった。

## ヒト→ヒト (ふん便・吐物感染ルート)

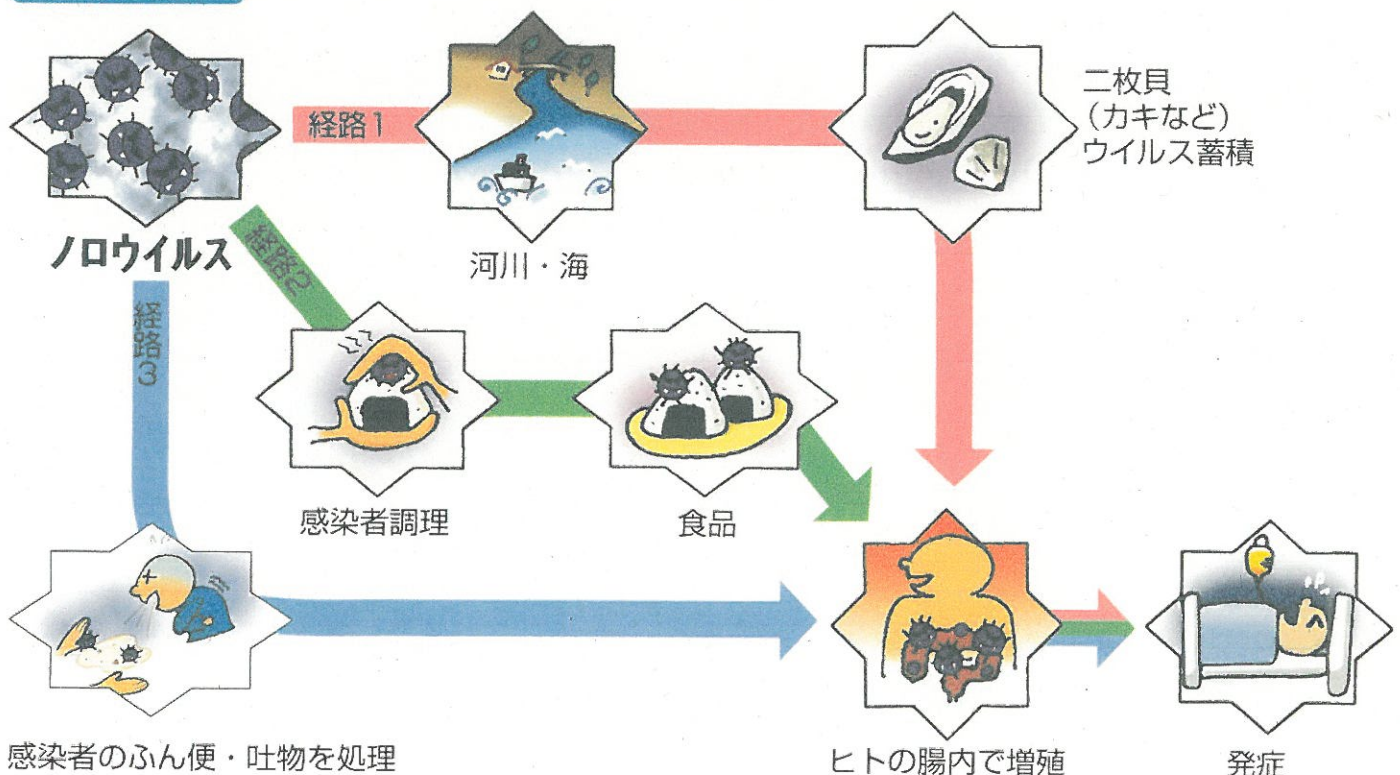
経路3

ノロウイルスを含むふん便や吐物を処理する際に感染します。また、汚染箇所をよく消毒しないと、乾燥後にノロウイルスが空気中に飛散し、この粒子を吸入して感染することがあります。

### 事例3

感染者の吐物を雑巾で水拭きしてふき取った。しかし、ふき残したウイルスを含む吐物が乾燥して舞い上がり、それを口から吸入して感染した。

## 感染経路図



## ◎ヒトからヒトへの感染を予防するために

- ① トイレの後や外から帰ったときは必ず手を洗う。
- ② 施設(特にトイレのドアノブ等)は日頃から次亜塩素酸ナトリウム(塩素系漂白剤 0.02%)で消毒する。
- ③ 感染者の便や吐物からの感染に気をつけ、感染者の便や吐物の処理時は、手袋、マスク、エプロン等着用し感染予防を行う。
- ④ 嘔吐後の汚染場所は、85℃以上で1分以上の加熱または次亜塩素酸ナトリウム(塩素系漂白剤 0.1%)により消毒する。
- ⑤ 汚物がついたおむつやシーツ等のリネン類を取り扱うときは、取り扱った人の手にウイルスが付着し感染を拡大させてしまうことがないように適切に処理する。
- ⑥ 下痢・腹痛のある人は、お風呂は最後に入るかシャワーのみにする。

### 消毒液の作り方：台所用塩素系漂白剤(5%)を原液とした場合

※塩素系漂白剤は無色ですが、イメージとして青く着色しています。

調理器具や通常のお掃除用  
(0.02%)

1杯弱



漂白剤 水1ℓ

1ℓのペットボトルに水を入れ、キャップに軽く1杯の漂白剤を加える。

トイレ・浴室など汚染されやすい場所用  
(0.1%)

2杯



漂白剤 水500ml

500mlのペットボトルに水を入れ、キャップに2杯の漂白剤を加える。

注意: 金属に使用すると腐食する恐れがあるので、10分経ったら水拭きしましょう

#### 注意事項

- ・濃度によって効果が異なります。正しく計りましょう。
- ・製品によって濃度が異なるので、表示をしっかりと確認しましょう。
- ・次亜塩素酸ナトリウムの原液は冷暗所に保管し、使用期限内のものを使用してください。
- ・希釈した消毒液は日光にあたると消毒効果が低下します。また、誤飲防止のためにも使用の都度調整し使い切りましょう。
- ・おう吐物などの酸性のものに直接原液をかけると、有毒ガスが発生することがありますので、必ず「使用上の注意」をよく確認してから使用してください。

### 一般的な業務用の次亜塩素酸ナトリウム(12%)を使用する場合

作りたい濃度	原液の量	水の量
0.02%	5ml	3ℓ
0.1%	25ml	3ℓ

# ◎吐物とふん便の処理方法

## 〈用意するもの〉



マスク(1)



使い捨て撥水性エプロン(1)



使い捨て手袋(2)



足カバー又はゴミ袋小(2)



ゴミ袋(3)



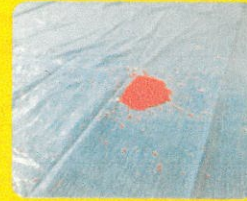
ペーパータオル又は新聞紙



水入りペットボトル

0.1% 次亜塩素酸ナトリウム溶液入りペットボトル

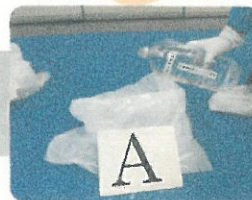
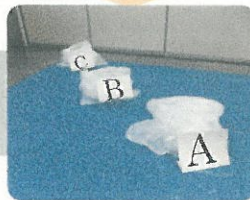
## 〈嘔吐の状況〉



吐物は嘔吐した場所から半径約2mの範囲に飛散している

### ① 装備を装着する

- ・マスク ・手袋(2枚重ね)
- ・使い捨ての撥水性エプロン
- ・足カバー (スーパーの袋で代用可)



### ② ゴミ袋 A, B, C を設置(吐物からの距離を段々と離して設置)

### ③ ゴミ袋 A には 0.1% 次亜塩素酸ナトリウム溶液を 100cc 程入れる

### ④ ペーパータオル (または新聞紙) を吐物の上に敷く(汚染の可能性のある範囲に広めに敷く)

### ⑤ 次亜塩素酸ナトリウム溶液をまく

### ⑥ ペーパータオルで外から中へ 2 度拭きしないう拭き取り、ゴミ袋 A に捨てる

### ⑦ ゴミ袋 A の口を根本から縛りゴミ袋 B へ入れる

### ⑧ 1 枚目の手袋ははずしてゴミ袋 B に捨てる。



### ⑨ ペーパータオル(または新聞紙)を汚染区域に敷き、次亜塩素酸ナトリウム溶液をまいて 10 分放置

### ⑩ 次亜塩素酸ナトリウム溶液が入ったペットボトル、足カバーをゴミ袋 B に捨てる

### ⑪ 消毒に使ったペーパータオル(または新聞紙)をゴミ袋 B に捨てる

### ⑫ 消毒した区域をペーパータオルで水拭きし、水を入れていたペットボトルと共にゴミ袋 B へ捨てる



### ⑬ 装備を手袋、エプロン、マスクの順に脱衣し、ゴミ袋 B へ捨て、根本から縛る。更にゴミ袋 C へ捨て根本からしばり廃棄する

### ⑭ 手洗い・うがいをする

### ⑮ 窓を開けて換気を行う



# ◎食べ物からの感染を予防するために

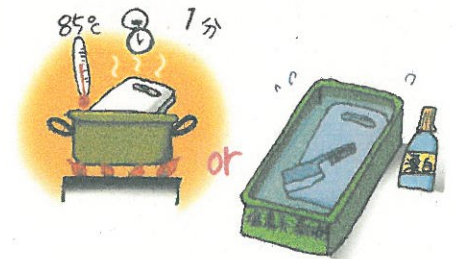
## ①食材由来のノロウイルスを失活(殺菌)する

- ・中心部までよく加熱する。  
(中心温度 85 ~ 90℃、90 秒以上の加熱)
- ・生で食べる食品(野菜・果物など)は十分に洗浄する。



## ②調理器具、食器からの汚染を防止する

- ・まな板や包丁などの調理器具は十分洗浄し、熱湯(85℃以上)で1分以上加熱する。  
または、0.02%塩素系漂白剤で消毒する。
- ・調理器具は食品別、用途別に使い分ける。
- ・調理器具や食器の洗浄・消毒を行った後は、使い捨て手袋を使用するなどし、調理器具や食器が再度汚染しないよう注意する。



## ③調理従事者からの食品汚染を防止する

- ・責任者は作業前に必ず調理従事者の健康状態をチェックし、嘔吐、下痢等の症状のある者は調理作業を控えさせる。
- ・作業の前、作業工程ごと、トイレ後の手洗いを徹底し、タオルの共用は避ける。
- ・食品の盛り付け作業時には、使い捨て手袋を使用し、使い捨て手袋は作業工程ごと、トイレの後、未洗浄の食品を取り扱った後は交換する。  
使い捨て手袋を過信しないこと!
- ・感染性胃腸炎の流行時期には、自らが感染者の可能性があるとこの自覚を持って作業にあたる。
- ・ノロウイルスが多発する季節には、必要に応じて、検便を実施し、症状が出ない感染者の把握に努める。

## ④その他

- ・嘔吐物等により汚染されたおそれがある食品は廃棄すること。
- ・調理以外の配送などに従事する者についても、必要に応じて健康状況のチェックに努める。

ノロウイルス  
食中毒予防の  
**4原則**

持ち込  
まない

拡げ  
ない

加熱  
する

つけ  
ない

## ～ノロウイルス食中毒予防は手洗いから～

ノロウイルスは、「アルコール」、「逆性石けん」などでは消毒効果が期待できません。手指は、石けんで1分以上もみ洗いし、ウイルスを流すことが大切です。



手のひら → 手のこう → 指先・爪 → 指の間 → 親指 → 手首 → 流水

石けんをつけ、手の各部を丁寧にこすり洗いし、最後に十分な流水で洗い流す。この手洗いを2回行うと非常に効果があります。

手洗いは食中毒予防の基本です！

(使い捨て手袋を過信せず、しっかり手洗いを行いましょう)

### ○手洗いのタイミング

- トイレに行った後
- 料理の盛り付けの前
- 調理施設に入る前
- 次の調理作業に入る前



## 食中毒防止対策に関する問い合わせ先

問い合わせ内容  
 ・調理従事者の健康管理、検便の実施方法  
 ・調理室内、調理器具、食器の消毒方法及びその消毒液の調整方法 など

■ 中北保健福祉事務所衛生課	電話 055 - 237 - 1382
■ 中北保健福祉事務所峡北支所衛生課	電話 0551 - 23 - 3071
■ 峡東保健福祉事務所衛生課	電話 0553 - 20 - 2751
■ 峡南保健福祉事務所衛生課	電話 0556 - 22 - 8151
■ 富士・東部保健福祉事務所衛生課	電話 0555 - 24 - 9033
■ 福祉保健部衛生薬務課	電話 055 - 223 - 1489

## 感染症防止対策に関する問い合わせ先

問い合わせ内容  
 ・吐物、便の処理方法  
 ・トイレ、浴室、施設全般の消毒方法及びその消毒液の調整方法 など

■ 中北保健福祉事務所地域保健課	電話 055 - 237 - 1403
■ 中北保健福祉事務所峡北支所地域保健課	電話 0551 - 23 - 3074
■ 峡東保健福祉事務所地域保健課	電話 0553 - 20 - 2752
■ 峡南保健福祉事務所地域保健課	電話 0556 - 22 - 8158
■ 富士・東部保健福祉事務所地域保健課	電話 0555 - 24 - 9035
■ 福祉保健部健康増進課	電話 055 - 223 - 1494