

11月1日～3月31日は、 ノロウイルス食中毒予防推進期間です。

- ・冬季は、全国的にノロウイルス食中毒が続発し、特に注意が必要な時期です。
- ・食品を取り扱う場合には、次の4原則を徹底し、ノロウイルス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

持ち込まない	拡げない	加熱する	つけない
<ul style="list-style-type: none"> ・石けんによる事前の手洗いの励行(2回以上を推奨、以下同じ。) ・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 	<ul style="list-style-type: none"> ・石けん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 	<ul style="list-style-type: none"> ・食品の中心温度85～90℃で90秒以上の加熱の徹底 	<ul style="list-style-type: none"> ・石けん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) ・調理設備、器具の適切な洗浄、消毒の実施 ・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

★ノロウイルスの特徴は...

感染経路	症状
<p><食品からの汚染></p> <ul style="list-style-type: none"> ・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 <p><人からの感染></p> <ul style="list-style-type: none"> ・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 	<p><潜伏期間></p> <ul style="list-style-type: none"> ・感染から発症まで24～48時間 <p><主な症状></p> <ul style="list-style-type: none"> ・吐き気、おう吐、下痢、腹痛等が1～2日続く <p>※感染しても、症状のない場合や軽い風邪のようなこともあります。</p>



◎当該期間中、感染性胃腸炎の患者数が増加し、ノロウイルス食中毒の発生の危険性が高まった場合には、「ノロウイルス食中毒特別警戒情報」を発信します。

●続いて、具体的な食中毒予防対策の方法です(極めて重要!)

(1)まず第一に、『石けんでのこまめな手洗い』です!

- ・ノロウイルス食中毒は、冬季に多く発生しています。
- ・常に食品への汚染の危険性があるものとして、食品を取り扱ってください。

- トイレの後
- 調理施設に入る前
- 料理の盛付けの前
- 次の作業に入る前

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 指の間を洗います

⑤ 親指と手のひらをねじり洗いします

⑥ 手首も忘れずに洗います

◎①～⑥を2回繰り返しましょう

- ・石けんで洗い終わったら、十分に流水で流し、ペーパータオルなどでよく拭き取って乾かしてください
- ・手を乾かした後、消毒用アルコールを噴霧すると効果的です(※)
- ・傷がある手指で直接食品に触れると、黄色ブドウ球菌による食中毒の原因となる可能性があります。

※アルコールは、ノロウイルスにはあまり効果がないとされていますので注意しましょう

(2)食品の調理、配膳に関わる方は、日頃の健康管理も大切です!

- ① 普段から感染しないように食べ物や家族の健康状態に注意する。
- ② 症状があるときは、食品を取り扱う作業は絶対しない。
- ③ 症状が分かったときは、すぐに責任者に報告する仕組みを作る。

(3)調理器具の適切な消毒方法を、必ず覚えてください!

- ① 十分に洗浄後、『塩素濃度200ppmの次亜塩素酸ナトリウム液』で5分以上浸しながら拭く。
- ② 塩素消毒できない器具は熱湯で安全に熱をかける。

次亜塩素酸ナトリウム液の調製方法(6%含有の市販品を使用した場合)

表の必要量を**2リットル**のペットボトルに入れて水で薄める

消毒したいもの	塩素濃度	必要量(キャップ) ※キャップ1杯=約7mL
まな板、ふきん、生野菜・果実	100ppm	1/2 杯
調理器具	200ppm	1 杯
おう吐物など	1000ppm	5 杯

誤って飲んだり調理に使用したりしないようにラベルを貼り、調味料とは区別して管理しましょう。