

冬でも注意！食中毒



ねりま食品衛生だより第55号 平成27年12月25日発行

練馬区保健所 生活衛生課 食品衛生担当係 5984-4675 練馬地区 3992-1183 / 石神井分室 3996-0633

寒い時期には食中毒は起こらないと思っていませんか？ 食中毒は一年をとおして起きており、冬季にはノロウイルスによるものが多く発生しています。新型のノロウイルスが確認され、今年は大流行が懸念されています。

ポイントを押さえ予防に努めましょう。

ノロウイルスとは？



冬季を中心に、一年をとおして胃腸炎を起こすウイルスです。年間の食中毒患者の約半数がノロウイルスによるものです。

特徴

感染力が強い
人の腸内のみで増える
ふん便やおう吐物に排出される

症状

吐き気、おう吐、下痢、腹痛、発熱など

潜伏期間

1～2日

感染経路

食品からの感染 ・ ウイルスの蓄積した加熱不十分な二枚貝など
・ 感染した人が手をよく洗わず調理した食品
人からの感染 ・ 感染した人のふん便やおう吐物など



ノロウイルス対策のポイント！

きっちり手洗い

- ・ トイレのあと
- ・ 料理・食事の前
- ・ 外から帰ったとき
- ・ おう吐物等の処理後など

石けんを泡立ててこすり洗いし、ウイルスを落としましょう。



しっかり加熱！

食品は中心部までしっかり加熱しましょう。

加熱の目安は、中心部が85～90 で90秒間以上です。



正しい消毒！

調理器具の消毒は、洗浄したあとに

- ・ 熱湯 85 1分間以上
- ・ 次亜塩素酸ナトリウム（塩素系漂白剤）

アルコールはあまり効果がありません。



消毒薬の作り方

家庭用漂白剤（5%）の場合

次亜塩素酸ナトリウムを
水で薄めて作ります。
ペットボトルを使うと便利！

誤飲防止のため
ラベルを貼る

衣類・調理器具の消毒 (0.02%塩素液)	ふん便・おう吐物の処理 (0.1%塩素液)
<p>250倍希釈</p> <p>キャップ 半分弱 原液8ml</p> <p>消毒液</p> <p>水2L</p>	<p>50倍希釈</p> <p>キャップ 2杯 原液40ml</p> <p>消毒液</p> <p>水2L</p>

製品ごとに濃度が異なるので表示を確認しましょう

キャップ1杯 約20ml

次亜塩素酸ナトリウム

塩素系漂白剤の成分でノロウイルスの消毒に有効ですが、
使い方を間違えると効果がないばかりか害になることもあります。

- ・日光によって容易に分解するので、直射日光の当たるところや、高温の場所には置かないでください。
- ・薄めた消毒液は時間が経つにつれて効果がなくなりますので、基本的に使うときに薄めてください。
- ・酸性の洗剤などと混ぜると有毒ガスを発生することがあります。
- ・金属を錆びさせます。

必ず商品に記載してある使い方と使用上の注意をよく読んで使用してください。

作り置きはダメ

混ぜるな危険

換気する！

ノロウイルス対策セット

いざという時のために

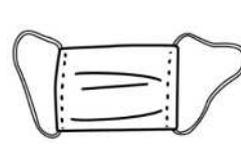
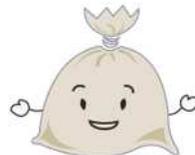
ウイルスを吸い込まないように

使い捨て手袋

ビニル袋

マスク

軍手は×



エプロン

新聞紙・ペーパータオル・布など

使い捨てが



拭き取り用
(捨ててよいもの)

次亜塩素酸ナトリウム

バケツ・ペットボトル

(塩素系漂白剤)

水で薄めて消毒薬を作ります

