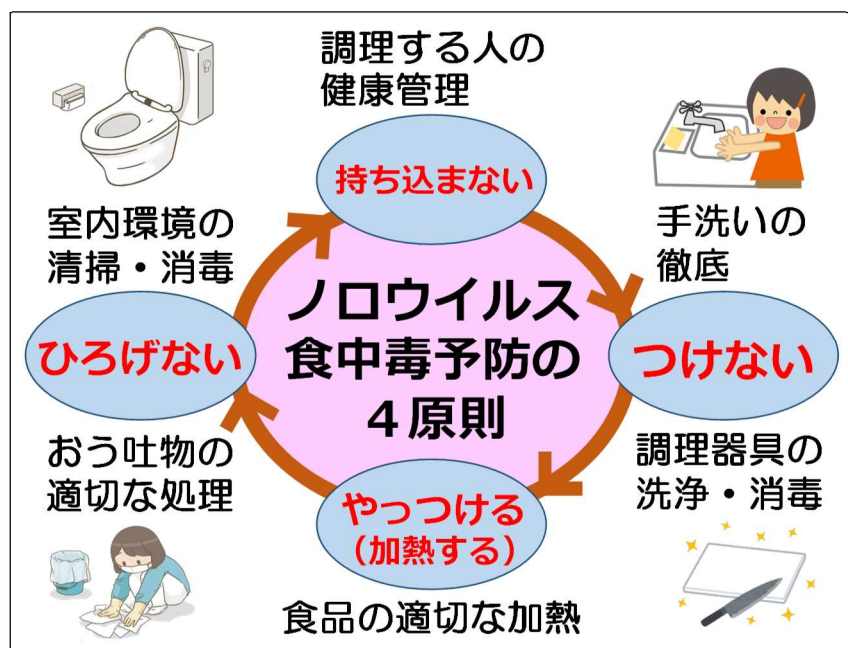


## ノロウイルス食中毒のシーズン到来、4原則で予防対策を!

ノロウイルスによる食中毒は、1年を通じて発生しますが、特に冬場に多く発生します。ノロウイルスの特徴や予防方法を確認し、今年も流行に備えましょう。

### ■知ってる? 「ノロウイルス食中毒予防の4原則」



ノロウイルスは、ごくわずかな量を摂取するだけでも感染し、食品の中では増えないことが特徴です。

ノロウイルス食中毒を予防するためには、まず、調理する場所にウイルスを「持ち込まない」こと。また、持ち込まれても、食品にウイルスを「つけない」、「やっつける(加熱する)」こと。環境を整備し、ウイルスを「ひろげない」ことが重要です。この4原則を守って食中毒を予防しましょう。

#### 1. 持ち込まない = 調理する人の健康状態に注意!

おう吐や下痢の症状がある場合は、調理を行わないようにしましょう。

#### 2. つけない = 徹底した手洗い、調理器具の洗浄・消毒!

- 次のタイミングで、必ずしっかり手を洗いましょう。
  - ① 調理を始める前
  - ② 生の肉や魚、卵などを取り扱う前後
  - ③ 食事の前
  - ④ トイレに行った後や、おむつを交換したり、動物に触れたりした後
- 調理器具は使用の都度、きれいに洗い、熱湯又は塩素で消毒しましょう。



#### 3. やっつける = 中心部まで十分加熱する!

ノロウイルスは、85~90℃で90秒以上加熱すると死滅します。汚染されている可能性のある二枚貝などの食品は、中心部までしっかり加熱しましょう。



#### 4. ひろげない = 定期的な消毒・清掃、汚物の適切な処理!

- 調理する場所、トイレ等は定期的に清掃・消毒をしましょう。
- おう吐物などの汚物は適切に処理しましょう。





# ☆☆ ステップアップ情報 ~ 手洗いと消毒剤 ~ ☆☆

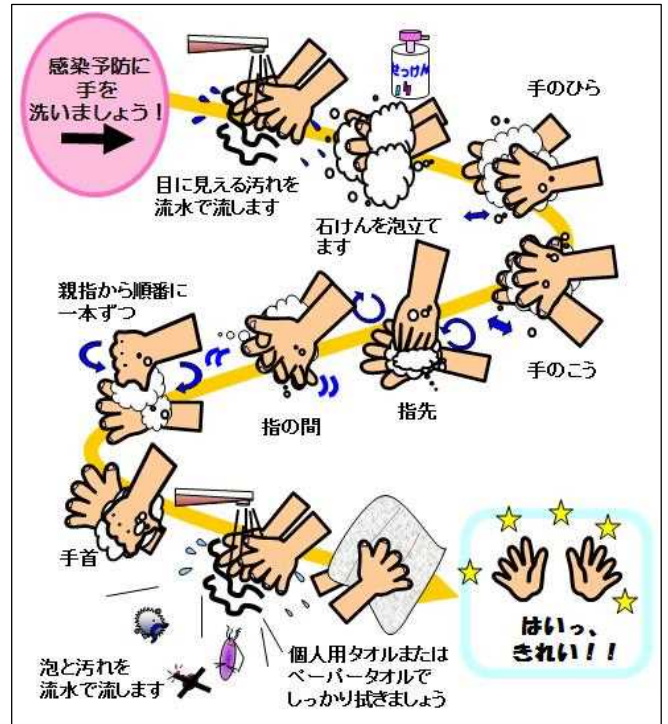
## 効果的な手洗い方法

手は、見た目でも汚れていなくても病原体がついている可能性があります。右の図を参考に、石けんと流水でしっかり手を洗いましょう。

## 家庭用塩素系漂白剤を使った消毒液の作り方

用途	ペットボトルを利用した消毒液の作り方
おう吐物などの汚染場所の消毒 (0.1%消毒液)	塩素系漂白剤を500mLのペットボトルにペットボトルのキャップ2杯分入れ、水を加えて500mLにする。  500mL
調理器具やドアノブなどの消毒 (0.02%消毒液)	塩素系漂白剤を2Lのペットボトルにペットボトルのキャップ2杯分入れ、水を加えて2Lにする。 ☆ やや濃めになります  2L

※ 一般的な市販品の家庭用塩素系漂白剤の原液濃度は5~6%です。表は、原液濃度5%、キャップ1杯5mLで計算した作り方です。



## 手洗いは、食中毒や感染症予防の基本です

## 消毒液も活用して、ノロウイルス食中毒を予防しましょう



### ひとことメモ 生カキの「生食用」と「加熱調理用」は、どこが違うの？

生カキに表示されている「生食用」と「加熱調理用」の違いをご存じですか？

「生食用」には、食品衛生法に基づき、細菌数や保存温度、加工方法などの基準があります。ただし、ノロウイルスの基準はありませんので、国内の産地では自主検査を行い、ノロウイルスが検出された場合は、安全性が確認されるまで出荷をしない等の対策を講じています。

2つの違いは調理用途の違いであり、鮮度の違いではありません。メニューに合わせて使い分けましょう。



ご意見・ご感想  
お問い合わせは  
こちらへ

〒371-8570 前橋市大手町1-1-1  
群馬県健康福祉部 食品・生活衛生課 食品安全推進室  
TEL: 027-226-2424 FAX: 027-243-3426  
電子メール: shokuseika@pref.gunma.lg.jp  
★群馬県HPでバックナンバーをダウンロードできます。  
(<http://www.pref.gunma.jp/05/d6200163.html>)



【フェイスブックのQRコード】

★公式フェイスブックで情報発信中！ (<https://www.facebook.com/gunmashokuanzen/>)