

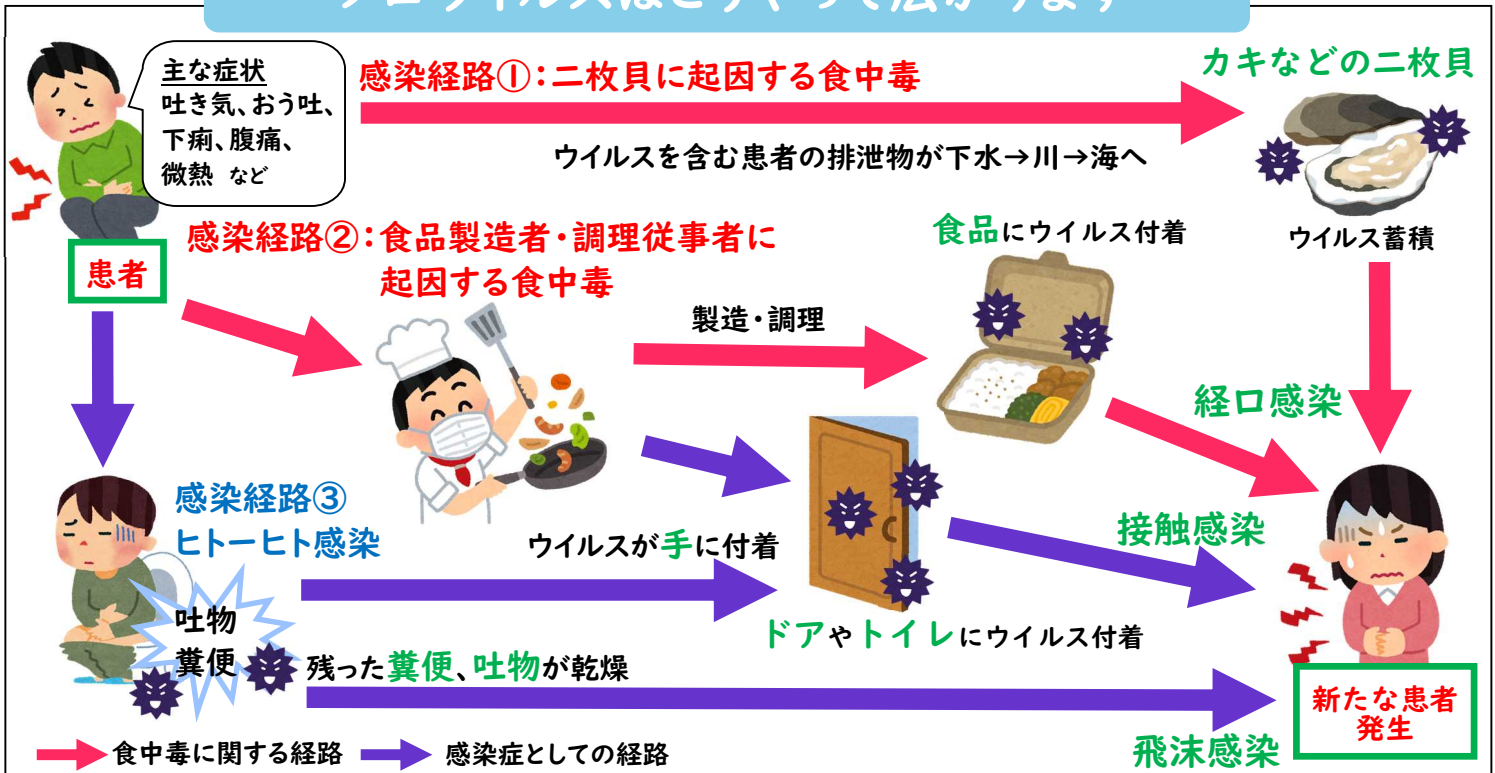
食の安全に関するさまざまな情報をみなさんにお届けします

これからがピーク！家庭でできるノロウイルス対策は？

ノロウイルスによる食中毒や感染性胃腸炎は、一年を通して発生していますが、特にこの時期から発生件数が増加し始めます。少量でも手指や食品などを介して感染し、特に子どもや高齢者、免疫の低下した人などが感染した場合、重症化することがあります。

ご自身や家族の健康を守るため、家庭でできる予防法を実践していきましょう！

～ノロウイルスはこうやって広がります～



～家庭でできる対策は？～

ポイントその1 手洗いの徹底！

手洗いは、手指に付着しているノロウイルスを減らす最も有効な方法です。石けんを泡立てて汚れを浮かせながら、汚れと一緒にウイルスを流水で洗い流しましょう。

～こんな時は必ず手洗い～

- 調理を行う前
- 食事の前
- トイレに行った後
- 下痢等の患者の汚物処理やおむつ交換をした後

消毒用エタノール（消毒液）による手指消毒

手指消毒は、石けんを使った手洗いの代わりにはなりません。あくまで、すぐに手洗いができない場合の補助、または手洗いの仕上げと考えて使用しましょう。

手洗いの前に ・爪は短く切っておきましょう ・時計や指輪を外しておきましょう



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 手の甲をのぼすようにこすります。



3 指先・爪の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ます。



6 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

※厚生労働省啓発資料より抜粋

ポイント
その2

消毒をしっかりと!

ノロウイルスは強力なウイルスのため、消毒液の種類によっては、効果が弱いものもあります。完全に死滅させる方法として、次亜塩素酸ナトリウムによる処理があります。

◇まな板や包丁などの調理器具、食器、ふきん等は洗剤などを使用してよく洗った後、次亜塩素酸ナトリウムに浸けましょう。浸けることができない調理器具は、次亜塩素酸ナトリウムで浸すように拭きましょう。

ポイント
その3

感染を広げない!

◇おう吐や下痢症状があるなど、体調不良時は調理を控えましょう。

◇患者のおう吐物を処理する場合は、使い捨てエプロン・手袋・マスク等を着用し、ペーパータオルなどで静かに拭き取ります。その後、次亜塩素酸ナトリウムで浸すように床を拭き取り、水拭きします。使用したものは、ビニール袋に密封して捨てましょう。



次亜塩素酸ナトリウムは 家庭用塩素系漂白剤で代用できます!

調理器具やドアノブなどの消毒【濃度:約200ppm(0.02%)】

水道水 3,000ml (500mlペットボトル6本分) 漂白剤のキャップ 1/2杯弱

約300倍 = 0.02%

家庭用塩素系漂白剤 10ml (濃度6%の場合)

おう吐物などの汚染場所の消毒【濃度:約1000ppm(0.1%)】

水道水 3,000ml (500mlペットボトル6本分) 漂白剤のキャップ 2杯

約60倍 = 0.1%

家庭用塩素系漂白剤 50ml (濃度6%の場合)

★使用にあたっては、製品の注意事項などを確認しましょう

ポイント
その4

食品はしっかり加熱!

◇ノロウイルスは85℃~90℃で90秒以上加熱すると死滅します。食材は中心部までしっかり火を通してから食べましょう。



※厚生労働省HP「ノロウイルスに関するQ&A」などをもとに作成

令和5年度 群馬県食品安全セミナー

「食品添加物ってどんなもの?」を開催します!

お気軽にご参加
ください!
お待ちしております♪

参加
無料



●日 時 令和5年12月6日(水) 午後2時~3時30分
(午後1時30分より受付)

●会 場 県庁2階ビジターセンター(前橋市大手町1-1-1)

●内 容 「食品添加物の安全性の評価」をテーマに、食品添加物の基本から最近の評価事例など、幅広く講師が紹介します。

●定 員 70名(先着順) ●申込期限 11月29日(水)

●申込方法 電話または「ぐんま電子申請受付システム」
1組4名まで申し込みます。参加者全員の氏名・
年代、代表者の住所・連絡先をお知らせください。
※定員を超え、ご参加いただけない場合のみご連絡します。

こちらから
申し込みます↓



講師:内閣府食品安全委員会
川西 徹 委員

(薬学博士、平成30年から委員として活躍、化学物質のリスク評価を担当)



●申込・問合せ先 群馬県食品・生活衛生課 食品安全推進室 TEL: 027-226-2431

~ご案内~

県HP
公式SNS

★県公式LINEアカウント「群馬県デジタル窓口」内で情報を配信をしています。
アカウントの友だち追加と受信設定を、ぜひよろしくお願い致します!

★群馬県HPでバックナンバーをダウンロードできます。

★公式FacebookとX(旧Twitter)で情報発信中!
ぜひフォローをお願いします!



【友だち追加】 【受信設定方法】



【Facebook】 【X(旧Twitter)】



【バックナンバー】

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 TEL: 027-226-2424 FAX: 027-243-3426

群馬県健康福祉部 食品・生活衛生課 食品安全推進室 電子メール: shokuseika@pref.gunma.lg.jp