



## ノロウイルス

感染性胃腸炎  
 冬場は、ノロウイルスに注意

**ノロウイルス**は、ごく少量（10～100個）でも経口感染し、小腸で増殖する。

治った後も、1週間から1か月便中に排泄が続くことも。

ウイルスの周囲にエンベロープという脂溶性の外膜がないので、アルコール消毒は効果がない。

学校感染症 第三種感染症（感染症法 五類）  
 出席停止期間の基準は、  
 病状により学校医その他の医師において  
 感染のおそれがないと認めるまで

他者に  
 感染させる  
 おそれ

### 【感染経路】

- 〈食品から〉 ウイルスの蓄積した、加熱不十分な二枚貝（牡蠣・アサリ等）
- ・ 感染した人が調理して汚染された食品
- 〈人から〉 ・ 患者の糞便や吐物から二次感染
- ・ 飛沫などによる感染

【潜伏期間】 感染から発症まで 24～48時間

【症状】 吐気・嘔吐・下痢・腹痛・微熱が1～2日続く

軽いかぜ症状のことも

**感染症流行時期は、  
 学校や職場は休みましょう**

### 【治療】 対症療法

このウイルスに効果のある抗ウイルス薬はない  
 症状がひどい場合には病院で輸液を行うなどの治療が必要  
 下痢止め薬は病気の回復を遅らせることがあるので使用しない

### 【予防方法】

参考：内閣府食品安全委員会

トイレ後、調理前、食事前  
**「石鹸手洗」**  
 2回繰り返すとより効果的



「マスク」も大切



過熱が必要な食品は  
 中心部までしっかり  
**「加熱」**

中心温度 **85～90℃**  
**90秒以上**



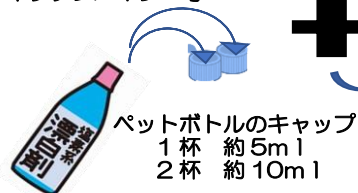
調理器具や調理台を清潔に

- ・ まな板、包丁、食器、布巾等は使用後
- すぐ洗剤で洗う**
- ・ 煮沸消毒も有効
- ・ **次亜塩素酸Na (200ppm)**で浸しながら拭くことも有効



### 次亜塩素酸ナトリウム消毒液の作り方

塩素濃度 5～6%の  
 塩素系漂白剤  
 ハイター・  
 キッチンハイター等



ペットボトル	塩素濃度	消毒する場所
500ml 約50倍	0.1% 1000ppm	便・吐物 便・吐物の付着した廃棄物を袋内で浸す トイレ清掃
2L 約200倍	0.02% 200ppm	触れる部分 ドアノブや手すり、食器等 吐物をタオル等で拭き取り後の床等の拭き取り

冬場の  
 トイレ掃除は  
 通常でも  
 次亜塩素酸系で

参考：厚労省 Q20

## 吐いた！汚した！ 床やトイレの消毒方法

- ・ 手袋
- ・ マスク
- ・ ペーパータオル
- ・ 次亜塩素酸ナトリウム (消毒液)
- ・ ビニール袋 2枚重ねる

- 吐いたら すぐにペーパータオルで覆う
- 窓を開けてマスクと手袋
- 汚れたものは外→内側にまとめるように拭き取る  
まだ汚れていたら①と③で拭き取る
- 拭き取った後 ペーパータオルを敷き、**200ppm**消毒液をしっかりと湿らせ拭き取り、**10分後**に水拭き
- 拭き取ったものは内側ビニール袋に入れ結び **1000ppm**消毒液を入れることが望ましい結び
- 外側の袋に手袋・マスクを入れ捨てる

## 嘔吐・下痢で汚れた衣類の洗い方

- ・ 手袋
- ・ マスク
- ・ パケツかたらい
- ・ ごみ袋
- ・ 次亜塩素酸ナトリウム (消毒液) 200PPM
- ・ ペーパータオル
- ・ 鍋

- すぐに洗えない時は、ゴミ袋に入れておく  
乾燥すると病原体が舞い散る
- 汚れはペーパータオルでできるだけ取る
- 静かに飛び散らないよう揉み洗い（洗剤OK）  
消毒液に浸け30～60分おく  
NG素材：85℃・1分以上鍋で煮る
- 洗濯機で洗う  
乾燥機があれば使う（熱い方がいい）

＊使ったたらいや洗い場は、200ppm消毒液を付けたペーパータオル等でよく拭き10分後水拭き  
 汚れたものをゴミ袋に入れ捨てる