

東部健康福祉センターだより

～誰もが心身ともに健やかに暮らせる地域のために～
<第37号(平成26年12月25日(木)発行)>

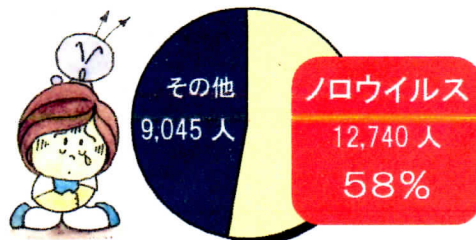
静岡県東部健康福祉センター(東部保健所)発行
〒410-8543 沼津市高島本町1番地の3
(電話)055-920-2075 (FAX)055-920-2191

静岡県東部健康福祉センター

ノロウイルス食中毒の季節です!

～ノロウイルス食中毒を予防するために～

ノロウイルスは感染力が非常に強く、
食中毒発生原因の第1位です!
また、感染症として人から人へうつるため、
注意が必要です。



ノロウイルスに感染すると、激しい下痢や腹痛、嘔吐を起こし
子どもやお年寄りでは症状が重篤になることがあります。

原因別の食中毒患者数(年間)

※出典:食中毒統計(H21～25年の平均)

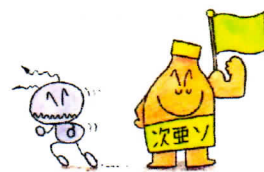
手洗い

2回洗いがオススメ!



食事・調理の前、トイレの後に
必ず手を洗いましょう。
石鹸をよく泡立てて
爪の間や親指周りも丁寧に
洗いましょう。

消毒



次亜塩素酸ナトリウム*が効果的!
トイレや多数の人が触れる場所の消毒を徹底しまし
う。
※塩素系の漂白剤

500mlのペットボトルを使用した消毒液の作り方

- 1 原液をキャップで量り、ペットボトルに入れる
- 2 水でボトルをほぼいっぱいにする

用途	濃度	原液の量
普段の消毒 (調理器具・ふきん等)	0.03% (200倍希釈)	キャップ半分

(市販の次亜塩素酸ナトリウム溶液は5～6%)
ペットボトルのキャップは約5ml入ります

★おう吐物等の消毒には、原液をキャップ2杯(50倍希釈)で作り、すみやかに処理し二次感染を防止しましょう。

加熱

85～90℃で90秒間以上の加熱がポイント!

特に子どもやお年寄りなど
抵抗力の弱い方の食事は
中心部までしっかり加熱しましょう。

