

ノロウイルス食中毒を 予防しましょう!

毎年、ノロウイルスによる食中毒事例が多く発生しています。

令和5年のノロウイルス食中毒は、全国において、事件数は163件、患者数は5,502名でした。

ウイルスの蓄積した加熱不十分な二枚貝や、感染した人が調理して汚染された食品などが原因となって食中毒が起こります。

ノロウイルス食中毒の特徴

その1

ノロウイルス食中毒の原因の約80%がノロウイルスに感染した調理従事者が汚染源と推察されています。

その2

大規模な食中毒など集団発生を起こしやすいため、注意が必要です。

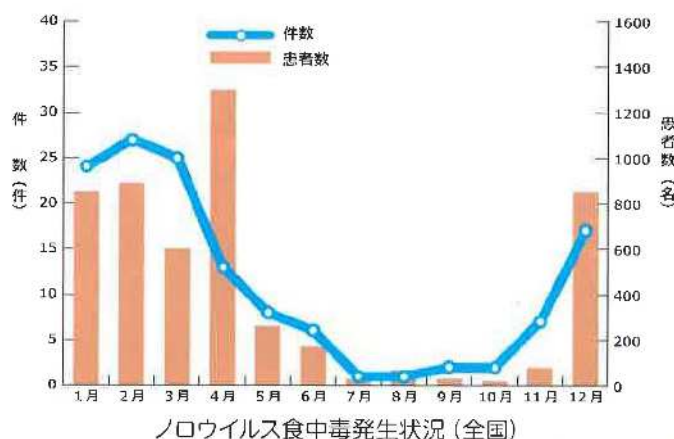
ノロウイルス 36.0 人

その他 12.3 人

食中毒1件あたりの患者数

その3

ノロウイルス食中毒は1年を通して発生が見られますが、冬から春にかけて多発します。



予防のためには?

食品にノロウイルスを「つけない」ためには、調理従事者はもちろんのこと、調理器具、食器、調理環境など、調理施設全体がノロウイルスに汚染されていないことが重要です。

皆さん、ノロウイルス食中毒予防の4原則を守って、ノロウイルスによる食品汚染を防ぎましょう!

ノロウイルス食中毒予防の4原則!

- 1. 持ち込まない** 調理施設に持ち込ませない
- 2. 拡げない** 調理施設を汚染させない
- 3. やっつける** 加熱して、死滅させる
- 4. つけない** 食品に汚染させない

1 施設に「持ち込まない」

- 調理前に健康チェックを行い、体調が悪い場合は休みましょう。



調理前に
健康チェック!

- ☐ 嘔吐、下痢はありませんか?
- ☐ 家族に嘔吐、下痢をしている人はいませんか?
- ☐ 発熱はありませんか?

- 入室前に、正しい手洗いを実施しましょう。 **二度洗いが効果的!**
- トイレに入る時は、作業着を脱ぎ、履き物を替えましょう。



正しい手洗いの方法

ノロウイルスを、石けんで
しっかり洗い流す！

！ 手洗い前に
時計や指輪をはずす。
爪は短く切る。



- ① 水洗い
- ② 石けんをつけて泡立てる
- ③ 手の甲
- ④ ゆび先と爪
- ⑤ ゆびの間
- ⑥ 親ゆびのつけ根
- ⑦ 手首
- ⑧ 石けんと汚れを流す
- ⑨ 水分をふき取る

②～⑧を
繰り返す

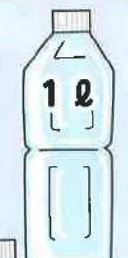
共用の
タオルは
使わない！

2 施設内で「拡げない」

- 調理時の交差汚染を防ぎましょう。
二枚貝等ノロウイルスの汚染リスクのある食品は汚染拡大（交差汚染）の原因になります。
二枚貝を取り扱った後の調理器具等は、**洗剤でよく洗った後、次亜塩素酸ナトリウム（塩素濃度 200ppm）で浸すよう拭く**ことでウイルスを失活することができます。
また、食器、へら、ふきん、タオルなどは**熱湯（85℃以上）で1分間以上の加熱**が有効です。
- 作業が切り替わる時、トイレの後、清掃後等適切に手洗いを実施しましょう。
- 施設内（特に手が触れるところ）は定期的な消毒・清掃が必要です。

次亜塩素酸ナトリウム消毒液はペットボトルで簡単に作れます

- 台所用塩素系漂白剤（5%）を原液とした場合の作り方

通常のお掃除用	汚染がひどい場所用
● 調理器具やドアノブ、手すりなど 1ℓのペットボトルに水を入れ、キャップ1杯（5ml）の漂白剤を加える。	● おう吐物やふん便が付いた床、衣類など 500mlのペットボトルに水を入れ、キャップ2杯（10ml）の漂白剤を加える
0.02% キャップ 1杯弱 	0.1% キャップ 2杯 

3 ノロウイルスを加熱して「やっつける」

二枚貝などノロウイルスに汚染されているおそれのある食品は、**中心部が 85 ～ 90℃で 90 秒間以上**となるように加熱しましょう。

4 ノロウイルスを食品に「つけない」

熱を加えて安全につくった食品でも、汚染した手指が食品に触れたら、今までの苦労が水の泡！！

- 加熱せずに提供する食品を取り扱う時や盛り付け時はマスクをつける、使い捨て手袋を着用する等しましょう。（使い捨て手袋着用前にも手洗いを！！）
- 調理器具を適切に洗浄・消毒し、決められた場所に保管しましょう。
- 衛生的な作業着を着用しましょう。 **クリーニングを利用したり、丁寧なアイロンがけもノロウイルス失活に有効です！**

調理従事者が発症したら

- ① 調理に従事しない。
- ② 症状がなくなっても **2 週間程度ウイルスが排出される**ため、直接、食品に触れる作業をしない。

調理従事者が感染しないために

- ① 嘔吐物や下痢便の処理は、嘔吐物等に多数のウイルスが含まれるため、食品取扱者以外の者が正しく行うこと。
- ② 二枚貝を生食しない。