

ノロウイルスによる食中毒に注意しましょう!

暑かった夏も終わり、肌寒くなってくるとよく耳にするのがノロウイルスの食中毒です。加熱不十分なカキなどの二枚貝などで話題になるイメージがありますが、実はノロウイルスの食中毒の8割以上が調理する人からの汚染が原因であると考えられています。

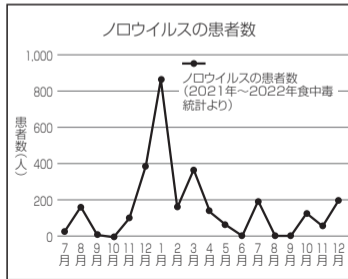
今回はそんなノロウイルスの食中毒の特徴と家庭での対策についてお伝えします。

●ノロウイルスの特徴

- ・乾燥に強く、少ないウイルス量で発症する。
- ・感染力が強く、大規模な感染が起こりやすい。
- ・アルコール(エタノール)消毒は効果が薄い。
- ・次亜塩素酸ナトリウムによる消毒が有効。
- ・感染すると嘔吐や腹痛、下痢、発熱などの症状が1~2日程度続く。

ノロウイルスの感染者は10月~3月あたりにかけて増加するため注意が必要です。また夏場でもリスクがなくなるわけではないことがわかりますね。

東海コープ
ホームページに
「おいしくって、
安全なおはなし」の
バックナンバーが
あります。



●「手洗い」で今すぐできる!ノロウイルスの食中毒予防

ノロウイルスは左記の特徴から、一度食品についてしまうと対策が難しくなります。まずは「ウイルスを食品につけないこと」が大切です。食品につけないためには私たちの手のウイルス対策、つまり手洗いの徹底がとても重要です。

いつ手洗いをするべき?

- ・調理をする前
- ・トイレに行ったあと
- ・食事の前
- ・体調不良の人の汚物処理や、オムツ交換等を行ったあと
- ・外から帰って来た時

特にトイレは基本的にノロウイルスがいると考え、トイレ後はしっかり手洗いをするのが重要です。ハンドソープで手洗いをして手指の汚れや油をしっかりと洗い流すことでウイルスを取り除くことができます。

●2度洗いが有効!

手洗いは「ハンドソープをつけて、60秒のもみ洗いをして15秒間すすぐ」を1回より、「ハンドソープをつけて、10秒のもみ洗いをして15秒間すすぐ」を2回行ったほうが効果があるという報告があります。

厚生労働省のWEBサイトにも適切な手洗いや2度洗いの効果についての情報があります。あわせてご覧ください。



2023年
11月5週
(48号)

東海コープからの

おいしくって、
安全なおはなし

