

安全ニュース

ノロウイルス食中毒注意報が発出されました。(2023.1.18) 長野県ホームページより

例年、冬季には感染性胃腸炎が流行し、この患者の届出数が増加すると、ノロウイルス食中毒が多発する傾向があります。長野県内における感染性胃腸炎患者の届出数に増加傾向が見られることから、長野県健康福祉部より2023.1.18に「ノロウイルス食中毒注意報」を発出し、食品を取り扱う方々に注意を呼び掛けています。手洗いの徹底及び食品の取扱いに十分注意し、食中毒を防ぎましょう。

ノロウイルスによる食中毒予防のポイント

- ウィルスを持ち込まない
胃腸炎症状があるときは、食品を取扱う作業をしない。
- ウィルスを広げない
嘔吐物などを処理するときは、汚染が広がらないよう十分に注意しましょう。

➤ウイルスをやっつける

加熱が必要な食品は、中心部まで十分に加熱しましょう。

➤ウイルスをつけない

トイレの後、調理の前、食事の前には、石けんで手を十分に洗いましょう。

◆ノロウイルス感染症状

潜伏期間（感染から発症までの時間）は24～48時間で、主症状は吐き気、嘔吐、下痢、腹痛であり、発熱は軽度です。通常、これら症状が1～2日続いた後、治癒し、後遺症もありません。また、感染しても発症しない場合や軽い風邪のような症状の場合もあります。



◆発症した場合の治療法

現在、このウイルスに効果のある抗ウイルス剤はありません。このため、通常、対症療法が行われます。特に、体力の弱い乳幼児、高齢者は、脱水症状を起こしたり、体力を消耗したりしないように、水分と栄養の補給を充分に行いましょう。脱水症

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になります。

止しゃ薬（いわゆる下痢止め薬）は、病気の回復を遅らせることがあるので使用しないことが望ましいでしょう。



【ノロウイルス食中毒予防のポイント】

- (1) 食品取扱者や調理器具などからの二次汚染を防止する。
- (2) 特に子どもやお年寄りなどの抵抗力の弱い方は、加熱が必要な食品は中心部までしっかり加熱することが重要です。

◆手洗い方法

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。

- ①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オムツ交換等を行った後（手袋をしていても）には必ず行いましょう。
- ②常に爪を短く切って、指輪等はず



し、石けんを十分泡立て、ブラシなどを使用して手指を洗浄します。すすぎは温水による流水で十分に行い、清潔なタオル又はペーパータオルで拭きます。

◆加熱処理の方法

- ①一般にウイルスは熱に弱く、加熱処理はウイルスの活性を失わせる（失活化といいます。）有効な手段です。ノロウイルスの汚染のおそれのある二枚貝などの食品の場合は、中心部が85℃～90℃で90秒以上の加熱が望まれます。
- ②ノロウイルスに汚染された可能性のある調理台や調理器具の殺菌方法は、調理器具等は洗剤などを使用し十分に洗浄した後、次亜塩素酸ナトリウム※（塩素濃度200ppm：次亜塩素酸ナトリウム（6%）の場合 液の量 10ml，水の量 3L）で浸すように拭くことでウイルスを失活化できます。また、まな板、包丁、へら、食器、ふきん、タオル等は熱湯（85℃以上）で1分以上の加熱が有効です。

◆患者のふん便やおう吐物进行处理する際の注意事項

- ①床等に飛び散った患者のおう吐物やふん便を処理するときには、使い捨てのガウン（エプロン）、マスクと手袋を着用し汚物中のウイルスが飛び散らないように、ふん便、おう吐物をペーパータオル等で静かに拭き取ります。
- ②拭き取った後は、次亜塩素酸ナトリウム※（塩素濃度約20

0 ppm) で浸すように床を拭き取り、その後水拭きをします。おむつ等は、速やかに閉じてふん便等を包み込みます。

③使用したペーパータオル等は、ビニール袋に密閉して廃棄します。（この際、ビニール袋に廃棄物が十分に浸る量の次亜塩素酸ナトリウム※（塩素濃度約1,000ppm：次亜塩素酸ナトリウム（6%）の場合 液の量 50ml，水の量 3L）を入れることが望ましい。）

新型コロナウイルス感染症対策

これまで屋外では原則不要、屋内では原則着用としていましたが

令和5年3月13日から

マスク着用は個人の判断が基本となります

ただし、以下のような場合には注意しましょう

周囲の方に、感染を広げないために

マスクを着用しましょう



受診時や医療機関・
高齢者施設などを訪問する時



通勤ラッシュ時など混雑した
電車・バスに乗車する時

ご自身を感染から守るために

マスク着用が効果的です



高齢者



慢性肝臓病
がん
心血管疾患 など

基礎疾患を有する方



妊婦

重症化リスクの高い方が感染拡大時に混雑した場所に行く時

本人の意思に反してマスクの着脱を強いることがないよう、
個人の主体的な判断が尊重されるよう、ご配慮をお願いします

※事業者の判断でマスク着用を求められる場合や従業員がマスクを着用している場合があります

令和4年度

安全就業

標語

佳作

『危険予知 安全作業の 第一歩』

(飯田広域シルバー人材センター 山田 久吉さん)

公益社団法人 長野県シルバー人材センター連合会

〒380-0841 長野市大門町 51 番地 1 柏与ビル 3 階

Tel : (026)237-4680 Fax : (026)237-5665