

「ノロウイルス」による食中毒



ノロウイルスとは？

1年を通して食中毒や感染症の原因となるウイルスです。特に冬場の食中毒の主な原因となります。感染経路は「食べ物から人」だけでなく便や吐物を介して「人から人」にも感染するため、集団感染を引き起こさないように予防に努めましょう。

特徴

感染力が非常に強く、少量（10個以上）のウイルスでも感染することがあります。なかには、感染しても発症しない人もいますが、感染者の便・吐物からは1gあたり数億個のウイルスが排せつされ、症状が治っても数週間はウイルスが排せつされるのも特徴です。

そして、ウイルスは乾燥すると空气中に飛散し、消毒用アルコールでの消毒効果も期待できません。

また、食品中では増殖せず、人の腸管内でのみ増殖します。食品の鮮度については関係がありません。

症状

感染して12～48時間後に吐き気・おう吐、下痢、発熱などがあらわれ、発症してから2～3日で回復しますが、抵抗力の弱い高齢者や乳幼児は重症になることもあります。

感染を予防するポイント

- ・2枚貝などの食材は85℃以上で1分以上加熱し、食材のノロウイルスを殺菌する。
- ・調理器具は十分に洗浄し、85℃以上で1分以上加熱するか、塩素系漂白剤（0.02%）で消毒する。
- ・おう吐、下痢などの症状がある人は調理作業を控える。
- ・トイレの後や外から帰った時は必ず手を洗う。
- ・下痢・腹痛のある人は、お風呂は最後に入るかシャワーにする。
- ・感染者の便や吐物は、マスクや手袋を着用し、処理後は必ず手洗いをしましょう。（衣服についた便や吐物は、普通の洗濯洗剤では殺菌できません。）

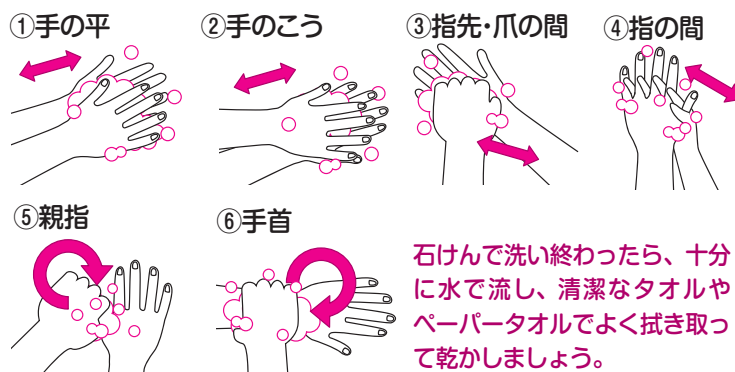
「正しい手洗い」が感染予防の基本

ノロウイルス感染予防の基本は手洗いです。外出から帰った時・食事の前やトイレの後には手の汚れをこすり落とすような感覚でいねいに洗ってください。



2回手洗いが効果的です。

※消毒用アルコールは、ノロウイルスに対してあまり効果がありません。



お問い合わせ先 鏡野町保健福祉課 保健指導推進センター(担当:藤原) 電話(0868)54-2025 FAX(0868)54-2891

子育て中の皆さんへ

子育て支援センターすまいるで行う『子育てセミナー』

『自分の健康について、ゆっくり考えてみませんか?』

なかなか自分の時間がとれない子育て世代の皆さんを対象に、簡単な測定で、体脂肪・筋肉・骨の量やバランスなどを調べます。自分の身体の事、知ってみませんか?皆さんのご参加をお待ちしています!

日時:平成31年1月29日(火) 午前9時30分～正午(受付:午前9時30分～午前10時)

場所:文化スポーツセンター(研修室)

内容:体成分測定(体水分量・骨量・筋肉量・脂肪量など)

骨密度測定

※妊娠中の方は、体成分測定のみ実施できません。ご了承ください。

※測定は、裸足で行います。

参加費
100円
すまいる
利用料として

託児あり
先着**30名**
申込み締め切り
平成31年
1月22日(火)

申込み・お問い合わせ先 鏡野町保健福祉課 保健指導推進センター(担当:竜門) 電話(0868)54-2025
鏡野町子育て支援センター(担当:立石) 電話(0868)54-4035