

## 「ノロウイルス」による食中毒に注意しよう!



食中毒は夏場だけのものではありません。ノロウイルスによる食中毒・感染症は、特に、冬に多く、例年10月頃から増加し、11~2月にピークを迎えています。

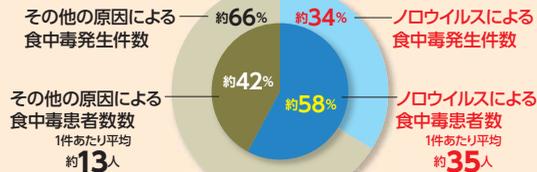


### ノロウイルスとは?

食中毒の中で、ノロウイルスによる食中毒患者数は全体の約60%を占めています。また、食中毒1件あたりの患者数は約35人と、大規模な食中毒になりやすい原因物質です。

- ノロウイルスは、直径30nm\*位の非常に小さなウイルスです。\*1nmは1mmの100万分の1
- 口から入ったウイルスは小腸に定着し大量に増殖します。
- 感染して1~2日後に、吐き気、おう吐、下痢、腹痛、発熱などの症状が起きます。

●原因別の食中毒件数および患者数の割合  
外側：件数 / 内側：患者数

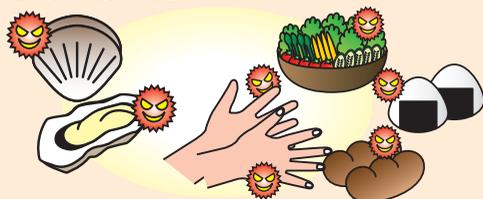


\*出典：厚生労働省食中毒統計(平成23~27年の平均)

### 感染経路は?

#### 1. 食品からの感染(食中毒)

- ウイルスを蓄積した二枚貝を加熱不十分で食べた場合
- ウイルスに感染した人が調理などをして食品を汚染し、その食品を食べた場合



#### 2. ヒトからの感染(感染症)

- 感染している人のふん便やおう吐物から感染した場合
- 家庭や施設内などで飛沫などにより感染した場合



### ふけんせいがんせん 不顕性感染に注意

- ノロウイルスに感染していても、まったく症状が出ない人がいます。



- 健康な従業員でも、ノロウイルスに感染している可能性があります。

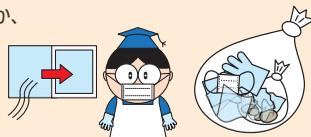


- 感染している人の手指は、用便後、ノロウイルスに濃厚汚染されます。



### ノロウイルス 食中毒・感染症を防ぐポイント!

- 手洗いを徹底しましょう。(右図参照)
- ふん便やおう吐物は正しく処理し感染の広がりを防ぎましょう。処理時にはマスク・手袋の着用のほか、次亜塩素酸ナトリウムによる消毒を行いましょう。



#### 塩素消毒の方法

次亜塩素酸ナトリウムを使用した消毒

- 調理器具など：0.02%溶液で消毒
- おう吐物・ふん便の処理後：換気しながら0.1%溶液で、床・トイレなどを消毒

◆原液濃度5%の場合の消毒液の作り方

- 0.02%溶液・・・水2ℓに原液8mℓ
- 0.1%溶液・・・水2ℓに原液40mℓ



▲ペットボトルで作った消毒液は、誤飲を防ぐように「消毒液・飲用不可」等の表示をしましょう。

### 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。手の各部の汚れをこすり落とすような感覚で丁寧に洗ってください。2回手洗いが効果的です。

#### 正しい手洗いでウイルスや菌を取り除きましょう!



# 生でお肉を食べないで

生または半生のお肉の喫食は、食中毒になる恐れがあります！



「新鮮だから生でも安心」は間違いです！

とりわさ、鶏刺しなどの生肉や加熱不足のお肉を食べたことによる、カンピロバクターや腸管出血性大腸菌による食中毒が発生しています。



とりわさ

こんなメニュー  
食べていませんか？



鶏レバー刺し

カンピロバクターは、鳥や牛など動物の体内に存在しています。カンピロバクターは、新鮮なお肉ほど多く存在し、少量の菌を摂取しただけで食中毒を引き起こします。

## TOPICS

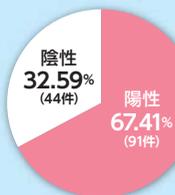
### 大規模な食中毒事例も発生しています

平成28年5月には、屋外イベントで提供された加熱不十分な鶏肉（鶏肉の寿司）によって、500名を超える患者が発生しました。

患者は下痢、腹痛、発熱、頭痛等の症状を呈しており、複数の患者の糞便からカンピロバクターが検出されました。

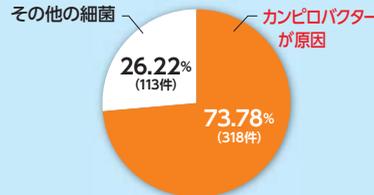


### 鶏肉のカンピロバクター汚染率



■注:大規模食鳥処理場併設食鳥処理施設で採取されたカット鶏肉の、定性試験でのカンピロバクター検出割合  
■出典:厚生労働省「食品製造の衛生管理に関する研究」(平成14~16年度報告)

### カンピロバクターが原因の食中毒



■注:細菌を原因とする食中毒のうち、カンピロバクターを原因とする食中毒の割合(平成27年・事件数)  
■出典:厚生労働省ホームページ「食中毒統計調査」

## お肉は、中心部まで加熱をして食べましょう！

### 生や加熱不足のお肉を原因とする食中毒の特徴

もしも こんな症状がでたら…	下痢、腹痛、発熱	激しい腹痛、下痢（血便を含む）
発症する何日前に （発症するまでの時間）	2~7日（平均2~3日）	1~14日（平均3~5日）
こんな食品を 食べていませんか？ （考えられる主な原因食品）	<ul style="list-style-type: none"> <li>とりわさ、鶏刺しなどの生肉料理</li> <li>加熱不足の焼き鳥等</li> <li>菌のついた手指・器具によって二次汚染された食品</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>加熱不足の牛レバー、牛肉等</li> <li>菌のついた手指・器具によって二次汚染された食品</li> </ul>
場合によっては こんな症状が出る恐れも…	ギラン・バレー症候群 （手足のまひ・呼吸困難など）	溶血性尿毒症症候群（HUS） （腎機能障害・意識障害など）
その原因菌の名前は…	カンピロバクター	腸管出血性大腸菌 O157など

※食中毒が疑われる症状が出た場合には、早めに医療機関を受診してください。

生肉を食べると、大人も子供も食中毒になる可能性が高くなります。特に、抵抗力の弱い子供や高齢者の場合、食中毒症状が重症化しやすく、生命にかかわることもあります。

子供や高齢者が食べると  
とくに危険です

## お肉による食中毒の予防方法

生で食べないことはもちろん、以下の点にも気を付けましょう。

- ①お肉を触った後は、きちんと手を石鹸で洗ってから他の食品を取り扱う
- ②お肉を焼く箸は専用の箸を使い、食べる箸とは別にする
- ③肉用と野菜用で包丁やまな板を使い分ける
- ④生肉に使った器具は、使い終わったら洗浄・消毒をする

