

今月のテーマ：「ノロウイルス」について

Oct.2022

10

「ノロウイルス」食中毒について

ノロウイルスとは

ノロウイルスは乾燥や熱に強く、秋から冬にかけて感染者が増加します。10月頃から発生件数が増え始め、12～1月頃に流行のピークを迎えます。また、長期免疫が成立しないので、何度も感染するリスクがあります。正しい知識を持って予防に努めましょう！

■新型コロナウイルスとの違いは

新型コロナウイルス対策はバッチリ！…でも、ノロウイルスによる食中毒は防ぐことができません。それぞれの特徴や違いを理解し、予防対策を行いましょう！



	ノロウイルス	新型コロナウイルス
症状	消化器官系の症状がメイン 嘔吐、腹痛、発熱、下痢	呼吸器症状がメイン 頭痛、のどの痛み、鼻水、発熱、筋肉・関節痛 咳き、くしゃみ、息切れ、だるさ、食欲低下、吐き気・おう吐、下痢、味覚・嗅覚異常
潜伏期間	1～2日程度	1～14日（5～6日が多い）
感染経路	・飛沫感染・接触感染・塵埃感染	・飛沫感染・接触感染 ・エアロゾル感染
感染経路例	・感染者がトイレの後など、十分に手を洗わずに調理した食品を摂取した場合 ・ノロウイルスに汚染されたカキなどの二枚貝を加熱不十分な状態で食べる	・感染者の咳・くしゃみなどの飛沫を近くで吸い込む ・換気の悪い閉鎖空間で、運動や歌唱により感染性のある人の呼吸が荒くなる場合
食中毒	有り	22年9月時点では無し
ウィルスの種類	ノンエンベロープウィルス	エンベロープウィルス
消毒剤の効果	一般的に効きにくい	効果がある 注釈1・2参照

注釈1 経済産業省新型コロナウイルスに有効な消毒・除菌方法（一覧）：https://www.meti.go.jp/covid-19/pdf/shodoku_jokin.pdf

注釈2 独立行政法人 製品評価技術基盤機構HP：<https://www.nite.go.jp/information/koronataisaku20200522.html>



ノロウイルスは10～100個程度で感染し、下痢嘔吐などの症状がでます。最終的には、感染者の嘔吐物や便から大量に排出されます。便の場合は、1億～10億個程度/gと言われ症状が治まっても2週間から1ヶ月程度排出が続きます(個人差があります)。

■ノロウイルス対策のポイントは

ノロウイルスには現時点でワクチンや有効な薬はありません。日常的に感染しないよう対策をしましょう！

健康状況の確認

出勤時には、自身の健康チェックを行いましょう。

発熱・のどの痛みなどが無くても、

下痢など何か体調不良がある場合は、



責任者に報告を行い指示を仰ぎましょう。



『日常的』に『正しい』手洗い

出勤時だけでなく、食事の前・調理の前後、帰宅後など石けんでよく洗い、流水で十分に流しましょう。

ウイルス対策では1度だけの手洗いより、『2回手洗い』がより効果的です。

■正しい手洗いの実施

正しいタイミング・正しい方法で手洗いを行いましょう！

特に以下のタイミングでは、1回手洗いではなく、②～⑨までを2回繰り返す『2回手洗い』を行いましょう！頭の中でカウントしながら手洗いを行い、洗い残しがゼロを目指しましょう！

方法



トイレの洗浄・消毒

トイレの洗浄・消毒を行いましょう。

便座の中だけでなく、ドアノブやレバーなど、お尻を拭いた手で触る場所を忘れず入念に！



トイレ後は念入り手洗い！

商業施設など不特定多数の人が使用するトイレ使用後は、2回手洗いを行いましょう。

ノロウイルスなどによる感染リスクがあります。



タイミング

- ①作業に入る時、作業が変わる時
- ②休憩後(トイレや食事など)
- ③ダスターを触った後
- ④毛髪に触れたとき
- ⑤清掃後やゴミに触れた時
- ⑥接客時、またはその後(電話対応等)

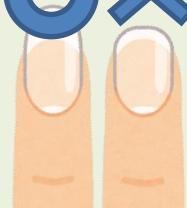


手洗い場に手洗いキットは揃っていますか？

不備がある場合は整備しましょう。



爪が伸びていないか
チェックしましょう！
爪は常に短く切り、手洗い時には指先の汚れをかき出すように手洗いを行うことが望されます。



ノロウイルスクイズ

- ①ノロウイルスは長期免疫が成立するので、一度感染するとほぼ感染しなくなる
- ②ノロウイルスに感染後、症状が治まれば通常通り従事して問題ない
- ③3密でのマスク着用を徹底していれば、ノロウイルスには感染しない

