

ご注意ください！

# ノロウイルスによる食中毒

冬場に、特に気をつけたいウイルスによる食中毒！  
ノロウイルスは**感染力が非常に強い**ため要注意です。

## 健康管理

●調理従事者が下痢や嘔吐、風邪のような症状がある場合は、食品に**直接接触する作業をしない**ようにしましょう

●**健康状態の確認と記録**を毎日実施しましょう

持ち込まない

手洗いは念入りに  
2度洗い！！

●食中毒の予防は

**“正しい手洗い”**から

手洗い方法は**裏面**をチェック

●そのまま食べる食品に触れる際は使い捨て手袋を着用

つけない

## ノロウイルス 予防のための4原則



©岡山県「ももっち」



©岡山県「ももっち」

ひろげない

こまめに清掃、消毒！

●ノロウイルスの消毒には  
**次亜塩素酸ナトリウム**  
が効果的

アルコール消毒はあまり効果がありません



やっつける

中心部まで  
しっかり加熱！

●目安は  
**85～90℃で90秒以上**

●調理器具等は洗剤で十分に  
洗浄してから、  
**次亜塩素酸ナトリウム**  
または**熱湯**で消毒

# 手洗いはしっかり丁寧に2度洗い！

①指輪・時計を外し、流水で洗う



②手洗い石けんを付ける



③十分泡だてる



④手のひらと甲を5回以上洗う



⑤指の間を5回以上洗う



⑥親指を5回以上洗う



⑦指先を5回以上洗う  
また、爪ブラシを使った洗浄



⑧手首までしっかり洗う



⑨流水でしっかりすすぐ



③～⑧までの  
目安は30秒

②～⑨を  
もう一度  
繰り返そう



©岡山県「ももっち」

⑩ペーパータオルでしっかり拭取る



⑪アルコールをしっかり噴霧する



⑫乾燥するまでしっかり揉み込む



## ノロウイルスには次亜塩素酸ナトリウムの希釈液が有効です

- ・家庭用の次亜塩素酸ナトリウムを含む塩素系漂白剤からでも作れます。
- ・次亜塩素酸ナトリウム(原液)の表示をよく読み、濃度や使用期限を確認しましょう。
- ・希釈液は、作り置きはせず、使用の都度作りましょう。

表示の  
「使用上の注意」を  
守って作ってね。

食器、調理器具等の  
消毒や拭き取り  
200ppmの希釈液

おう吐物等で汚染された  
ものの消毒  
1000ppmの希釈液

原液の濃度

原液の量

水の量

原液の量

水の量

12%

5ml

3L

25ml

3L

6%

10ml

3L

50ml

3L

©岡山県「うらっち」

岡山県・保健所