



ノロウイルス予防大作戦!

特徴



▼感染力が強い

…少量のウイルスで感染します。嘔吐・下痢の症状のある方は、学校など集団生活をする場には登校を控えましょう。

▼糞便や嘔吐物に大量にウイルスが含まれている

…糞便や嘔吐物の処理には十分に注意して処理してください。

▼感染しても症状が出ない事がある

…知らない間にウイルスを排出している場合もあるので、普段から手洗いなどをしっかり行ってください。

▼ウイルスの排出が長期化する

…下痢・嘔吐がなくなっても1週間から1ヶ月はウイルスを排出している場合があります。油断せずに手洗いなどをしっかりとしましょう。

予防と注意点

Mission1 手洗い



▼手洗いが必要な時

…帰宅時、トイレ後、調理前後、赤ちゃんの世話の前、おむつ交換後、汚物処理後

▼正しい手洗いの方法

- ①時計や指輪は外す
- ②石鹸は十分に泡立て30秒以上の時間で丁寧に
- ③指先や指の間、親指など洗い残しやすい部分には気を付けて
- ④手を拭くときは清潔で乾燥したタオルかペーパーで（タオルは共有しない）
- ⑤2回以上繰り返し手を洗う

* 感染性胃腸炎のウイルスは、市販されているアルコール消毒剤などでは十分に消毒できません。そのため、正しい手洗いが重要です。

▼入浴の注意点

…症状のある方は最後に入浴する。湯船につかる前に十分に体を洗い流す。
また、湯船の残り湯での洗濯は控える。

Mission2 調理

▼加熱

…中心部までしっかり加熱を!

▼調理器具

- ①調理の前にしっかり手洗いを
- ②調理後は十分な洗浄と消毒を
 - ・希釈した塩素系漂白剤を使用
 - ・調理器具は85℃以上で1分以上の加熱が有効

■消毒液の作り方

塩素系漂白剤の濃度と用途に合わせて消毒液を作成

製品濃度	食器の消毒、洗濯のつけおき (0.02%濃度の塩素系消毒液を作成)		嘔吐物の廃棄、トイレ等の掃除 (0.1%濃度の塩素系消毒液を作成)	
	液の量	水の量	液の量	水の量
12%	5ml	3L	25ml	3L
6%	10ml	3L	50ml	3L
1%	60ml	3L	300ml	3L

※必ず製品の使用上の注意を読んで使用して下さい。

Mission3 嘔吐物・トイレの処理

▼嘔吐物

- ①マスク・使い捨て手袋・使い捨てエプロンを着用
- ②汚物上にペーパータオルをかぶせ、上から塩素系漂白剤（希釈）をかけ、5～10分放置。
- ③外側から内側に向かってふき取り、さらに塩素系漂白剤（希釈）で外から中心部に向かって拭き、その後水拭きをする。
- ④使った用具はビニール袋に密閉して廃棄
- ⑤処理後はしっかり手洗いを行い、部屋を十分に換気

▼トイレ

…便座・手すり・ドアノブは、塩素系漂白剤（希釈）を使用して拭き、10分程度放置した後水拭き。

▼洗濯

…嘔吐物や便で汚れた衣類などは、付着したものを軽く洗い、塩素系漂白剤（希釈）に10分つけて消毒してから洗濯する。（衣類の変色に注意が必要）
85℃で1分間以上の熱水洗濯も有効。また、高温の乾燥機を使用することで殺菌効果が高まる。

〈参考〉厚生労働省ホームページ <http://www.mhlw.go.jp/>