

# ノロウイルスによる感染性胃腸炎にご注意ください！！



## ノロウイルスとは？

- ・ ノロウイルスによる感染性胃腸炎は、一年を通して発生しますが、例年11月から3月にかけて流行します。
- ・ 感染力が強く、保育園、学校、福祉施設などで集団発生を引き起こすことがありますのでご注意ください。
- ・ かかった人の咳、くしゃみなどの飛沫とともに放出されたウイルスを吸入したり、手指等を介して口からや、汚染された二枚貝を生あるいは十分に加熱調理しないで食べるなどの感染経路があります。



## どんな症状？

- ・ 潜伏期間(感染から発症までの時間)は24～48時間で、主症状は吐き気、嘔吐、下痢、腹痛であり、発熱は軽度です。
- ・ 通常、これら症状が1～2日続いた後、治癒し、後遺症もありません。また、感染しても発症しない場合や軽い風邪のような症状の場合もあります。



## 予防のポイント

- ① 人から人への感染では、ウイルスが手などに付いて口に入る場合と吐物の飛散からうつる場合があります。
- ② 感染予防の最も有効な対策は手洗いです。トイレを使用した後、調理の前、食事の前には必ず石けんで十分手洗いをしましょう。
- ③ 吐ぶつやふん便を処理するときは、部屋の換気を行いながら使い捨てのマスクとビニール手袋を着用し、ペーパータオル等でふき取ります。
- ④ 吐ぶつやふん便が付着した床等は、塩素系消毒剤で浸すようにしてふき取ります。  
下記の【消毒剤の作り方】参照
- ⑤ ふき取ったペーパータオル等はビニール袋に入れて密封して廃棄します。
- ⑥ ノロウイルスは乾燥すると、容易に空中に漂い、これが口に入って感染することがあるので、吐ぶつやふん便は乾燥させないことが感染防止に重要です。
- ⑦ 吐ぶつやふん便に直接触れたときは、石鹼で十分に手を洗いましょう。
- ⑧ 物の片付けが終わったら、よく手を洗い、うがいをしましょう。



## 消毒剤の作り方

市販の塩素系消毒剤(5%のもの)とペットボトル(500ml)を用意します。

- ① ペットボトルの蓋(5ml)に塩素系消毒剤を入れます。
- ② 水(500ml)を入れたペットボトルに①を2杯入れ、蓋をして、混ぜます。
- ③ 誤って飲んだりしないよう表示をして、できあがりです。