

# 近大農学部 医務室だより

～栄養まめ知識 冬の食中毒編～ 2019年度 10月号

心地よい秋風が吹き、すこし冷え込むこの季節いかがお過ごしでしょうか。旬の食材を使った鍋料理なども味わいつつ、これからの寒さに備えましょう。今回は寒い季節に増える食中毒についてお話しします。



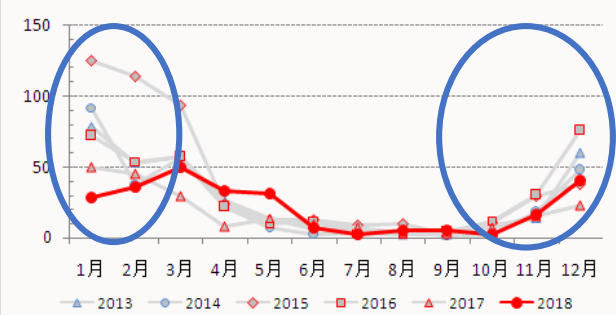
## ノロウイルス

発生件数は毎年10月から増え始め、12～1月にピークを迎えます。ノロウイルスは感染力が非常に強いのでしっかりと予防することが大切です。

ノロウイルスは二枚貝(カキ等)などの生ものを介した感染が多く、またヒトからヒトへも感染します。



年別 食中毒(ノロウイルス)発生件数の月別推移(全国)



出典：厚生労働省  
公益財団法人 愛媛県総合保健協会

## 予防の4原則

つけない

手洗い

調理器具の  
洗浄の徹底

ふやさない

食品は  
低温で保存



やっつける

食材は  
90℃で90秒  
以上加熱する。  
～目安～  
沸騰したお湯に  
3分以上

もちこまない

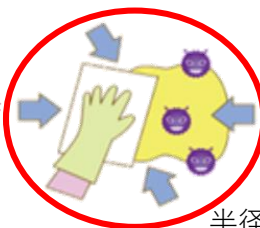
下痢などの  
胃腸症状が  
あるときは

調理しない

～ノロウイルスの感染を広げないために～



**消毒用アルコールでは  
ノロウイルスを殺菌できない!**



半径 2 m

①消毒液をつくる。  
空の500mlのペットボトルに  
キャップ2杯の塩素系  
漂白剤と水をボトルいっぱい  
まで入れる。

②手袋やマスクを装着し、  
汚染物を中心に半径2m  
(目安)の範囲を消毒液に  
浸したペーパーで覆い、  
集めるように拭きとる。

③汚染物は袋にいれ、  
消毒液をかける。手袋や  
マスクも別の袋に捨てる。  
石鹸で手洗いも忘れずに。

