

# ノロウイルス食中毒の予防について

## 1 特徴

- (1) 感染力が強く、10～100個程度の菌数で人に感染して食中毒症状を起こす。
- (2) 人の腸管内でのみ増え、カキなどの食品中では増えない。
- (3) アルコールなどの消毒薬に対して強い抵抗性がある。
- (4) このウイルスに効果のある治療薬はない。
- (5) 熱に弱い。

## 2 ノロウイルスの感染経路

- (1) ウイルスに汚染された二枚貝などを生又は十分に加熱しないで食べた場合  
＜原因となる食品＞ カキ・アサリ・シジミ・ハマグリ等の二枚貝。
- (2) ウイルスに感染した人が調理することで手指や調理器具を介して汚染された食品を食べた場合。
- (3) ウイルスに感染した人のふん便にはウイルスが含まれており、用便後の手洗いが不十分であることから手指を介して二次感染した場合。
- (4) ウイルスに感染した人の吐物にもウイルスが含まれており、吐物の処理が不十分であることからウイルスが乾燥して空気中を漂い、人の口から入った場合。
- (5) 家庭や共同生活施設などヒト同士の接触する機会が多いところでヒトからヒトへ飛沫感染等直接感染する場合。
- (6) ウイルスに汚染された井戸水や簡易水道を消毒不十分で摂取した場合。

## 3 ノロウイルス食中毒の予防

- (1) 正しい手洗いの励行。  
調理前、用便後、食事の前は、流水で爪ブラシを使用して十分に手を洗い、ペーパータオル等で拭き取る。（共有タオルは感染を広げる原因＜汚染源＞となるので使用しない。）
- (2) 常に爪を短く切る、手荒れを予防する等、手を衛生的に保つよう努める。
- (3) エタノールや逆性石けんはあまり効果がないことから、使用した調理器具は十分に洗浄した後、次亜塩素酸ナトリウム溶液又は煮沸による消毒を十分に行う。
- (4) 吐き気、下痢、発熱などの症状があった場合には、施設長又は給食責任者に速やかに申し出ることとし、食品を直接取り扱う作業に従事しない。必要に応じて医療機関を受診する。
- (5) ノロウイルスの汚染の恐れのある二枚貝などの食品は、中心部が85℃から90℃で90秒以上加熱する。  
＜注意＞ 酢やレモンをかける等の水素イオン濃度指数（物質の酸性、アルカリ性の度合い）の変化や湯通し程度の加熱ではウイルスは死滅しない。

## 4 衛生管理上の注意点

- (1) ノロウイルスは、感染力が強く、少ないウイルス量で感染する。ごくわずかなふん便や吐物が付着した食品を介して、多くの人を発症させる。
- (2) 下痢等の症状がなくなっても、通常では1週間程度、長い場合は1か月程度、ウイルスの排出が続くことがある（健康保菌者）。  
感染していても症状を示さない不顕性感染も認められていることから、食品取扱い者は、その生活環境においてノロウイルスに感染しないような自覚をもつことが重要である。  
また、加熱調理の中心温度の確認をしっかりと行い、加熱調理後の食品や盛付け、非加熱食品の取扱い時には、直接手で触らない、消毒済みの調理器具を使用する等の注意を日頃から行うことが必要である。
- (3) 調理従事者等からノロウイルスの陽性者がでた場合、リアルタイムPCR法等の高感度の検便検査を実施し、陰性であることが確認されるまでの間調理に従事することを控えさせるなどの措置を講じる。