

加熱・消毒を しっかりと

ノロウイルスには「85度
で1分以上の加熱」と「塩
素系漂白剤（次亜塩素酸ナ
トリウム液）」による消毒
が効果的です。アルコール
消毒はほとんど効果があ
りません。

（ど）をきちんと消毒しまし
よう。

もし発症して しまったら…

水分を小まめに補給し、
脱水症を防ぐことが大切で
す。症状がひどい場合は早
めに病院で点滴などの治療
を受けましょう。

また、吐いたものがのど
に詰まらないよう気を付け
ましょう。小さな子どもや
高齢者が発症した場合は特
に注意が必要です。

家族に感染した人がいる
ときは、水で250倍に希釈し
た塩素系漂白剤を使って、
トイレや手が触れる場所
（ドアノブや水道の蛇口な

バイキンByeBye! 手洗い教室やっています!



食中毒や感染症の予防には「正しい手洗い」
が効果的です。小さなうちから正しい手洗いの
方法を身に付けてもらおうと、保育園や子育て
サロンなどに出向き、子どもたちが楽しく学べ
る体験型の手洗い教室を実施しています。
教室を開催希望の場合は、健康・子ども課へ
お気軽にご相談ください。

ノロウイルス感染を防ぐためには…

- ・手洗いは家族の皆さん全員が丁寧に!
- ・85度で1分以上の加熱と、「塩素系漂白剤」による消毒が有効です。
「アルコール消毒」は効果が期待できません。

今すぐ
実践!

手洗いのコツ
紹介します



③ 手の甲を伸ばすように
こすって洗う

② せっけんをつけてよく泡立てる

① まず水で手を洗う

手を洗うときは、「ハッピーバースデー」を2回歌いましょう(約30秒)



⑦ 泡を洗い流し、清
潔なタオルでよく
拭きましょう。

⑥ 親指はねじるように洗う

⑤ 指先や爪の間を念入りに洗う

④ 指の間を洗う

ノロウイルスに関するパンフレット(ホームページと同じ内容のもの)も用意しております。
詳しくは健康・子ども課生活衛生係まで。

