

秋から冬にかけて、ノロウイルスによる感染性胃腸炎が猛威を振るう季節です。

ノロウイルスによる感染を防ぐための、身の回りの消毒方法について紹介します。

## What's ノロウイルス?

ノロウイルスは、冬季（特に11月～2月）を中心に発生する感染性胃腸炎の原因となるウイルスです。

感染力が非常に強く、ウイルスが口から入ることで感染します。感染すると1～2日ほどで嘔吐、腹痛、下痢などの症状が現れます。

最大の予防法は手を洗うことです。特に排便後や調理前には、流水とせっけんで十分に洗い流しましょう。

また、調理器具、感染した人の嘔吐物や便（大量のウイルスが含まれている）などからの二次汚染を防ぐために、下の2つの方法でしっかりと消毒しましょう。

### 詳細

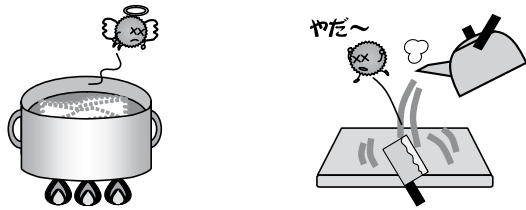
ノロウイルスに関するお問い合わせは  
健康・子ども課生活衛生担当係まで

☎(889)2400(内線501)

## 消毒方法

### ① 熱湯で消毒

調理器具などは十分に洗い、熱湯（85℃以上）で1分以上の加熱をしましょう。



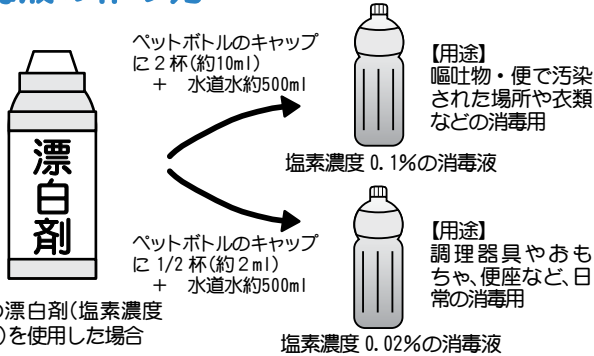
### ② 塩素系漂白剤で消毒

②調理台、調理器具、おもちゃなど。よく洗ってから、消毒液に10分ほど漬け、水ですすいでください。

③蛇口、階段の手すり、トイレの便座や床など。液を染み込ませた布などでふき、10分ほど後に水ぶきしてください。



## 消毒液の作り方



### 一使用上の注意

- \* 漂白剤に記載されている「使用上の注意」をよく読んでから使用してください。
- \* 皮膚に付くと危険です。作業はゴム手袋などを着用してください。
- \* 漂白剤があります。色落ちが気になる布製品などには使用しないでください。
- \* 金属製品は腐食します。消毒後は、水洗いか水ぶきをしてください。
- \* 銀・メッキ製品は、さびたり変色するので使用しないでください。

**手** 洗いをこまめにしっかり15秒

**う** がいする通勤、帰宅後必ずね

**マ** スクして人ごみ出るとき咳のとき

**咳** くしゃみ口鼻覆って咳エチケット

**日** ごろから規則正しい生活を

**栄** 養をバランス良くとり免疫アップ

**睡** 眠と休養が高める抵抗力

**ウ** イルスを換気と湿度で寄せ付けず

**普** 段から持病の治療を怠らず

**か** かりつけ病院事前に決めておく

診察カード  
△△病院



流行している新型インフルエンザによる感染を防ぐために、家庭でできる予防策10力条を紹介します。