食卓の安全・安心ニュース

9号

R3.12.27　発行
発行者：岐阜県健康福祉部
生活衛生課食品安全推進室
電話：058-272-8284

ノロウイルス食中毒を予防しよう！

Q子。助手。
いつも前向き。

博士。
マイペース型。

ネコ。
しゃべれる。

Q子：博士～！新型コロナウイルス感染症で、また変異株が出てますね～。

博士：そうじゃのぉ。引き続き、感染防止対策が必要じゃ！
そういえばQ子、ウイルスと言えば、最近、岐阜県で「ノロウイルス食中毒注意報」が発表されたのは知っておるかの？

Q子：雷注意報とかなら聞いたことがあるのですが、、、

博士：知らないのじゃな。では、「ノロウイルス食中毒注意報」について説明しよう！

ノロウイルス食中毒注意報とは？

博士：ノロウイルスというのは、食中毒の原因となるウイルスなんじゃが、冬の時期に、ノロウイルス食中毒が増えると言われておる。ノロウイルス食中毒の発生件数や感染性胃腸炎（胃腸風邪を指す。ノロウイルスが原因であることが多い）の患者が基準よりも多くなると、「ノロウイルス食中毒」への注意喚起のために、岐阜県は注意報や警報が発表されることになっておるんじゃよ。下に発表条件をまとめてみたよ！

【岐阜県のノロウイルス食中毒注意報の発表条件】

原則10月1日から翌年3月31日までの間に、ア 又は イ に該当する場合

ア　県内でノロウイルス食中毒が1ヶ月以内に2件以上発生した場合

イ　県内の感染症発生動向調査で、「感染性胃腸炎」報告症例数が、（ア）又は（イ）に該当する場合

（ア）前週と比較し2週続けて1.1倍以上に増加

（イ）前週と比較し2倍以上に増加

今回は、前週と比較して、感染性胃腸炎の患者が
2週続けて1.1倍以上で、（ア）に該当したから、発表したんだニャ～。

ノロウイルスって何？ノロウイルスの特徴

【参考】国立感染症研究所HP

博士：右の画像を見てごらん。これがノロウイルスじゃ！

Q子：丸くて、白玉みたいですね！どのくらいの大きさ何ですか？白玉くらい？

博士：Q子は何でも食べ物に例えるのが上手いのぉ～。
ノロウイルスは、約38ナノメートルの大きさしかなく、とても小さいんじゃよ。

Q子：ナノメートル、、、よく分からないです、、、

博士：例えば、人間の大きさを日本の本州とすると、ノロウイルスはピンポン玉くらいの大きさしかないんじゃよ。

Q子：えっ！そんなに小さいんですか！でも、そんなに小さいなら、あんまり気にすることもないんじゃないですか？

博士：そういうわけにはいかないんじゃ。右にノロウイルスの特徴をまとめてみたぞ。

Q子：そんなに小さくても、10個くらいでノロウイルスに感染しちゃうことがあるなんてビックリです！
もし、ノロウイルスに感染したら、どうなるんですか？

博士：感染してから１～2日で、吐き気や嘔吐、下痢、腹痛などの症状が出るんじゃ！
それだけじゃなくて、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るんじゃぞ。

Q子：気持ち悪くなったり、下痢しちゃうのは嫌だな、、、ところで博士、なんでノロウイルス食中毒が起こるんですか？

ノロウイルスの特徴

◆人の腸が大好き！
食品中では増えないが、人の腸管内でのみ増える

◆少量で感染する！
ウイルスが少量（10～100個程度）でも感染することがある

◆流水による手洗いが有効！
ノロウイルスは、とても小さいウイルスのため、手のしわなどに入り込みやすい
次亜塩素酸ナトリウムや加熱処理が効き目があるが、手には使えないため、流水による石けんを使った丁寧な手洗いが大切になる

ノロウイルス食中毒の原因

【参考】農林水産省HP

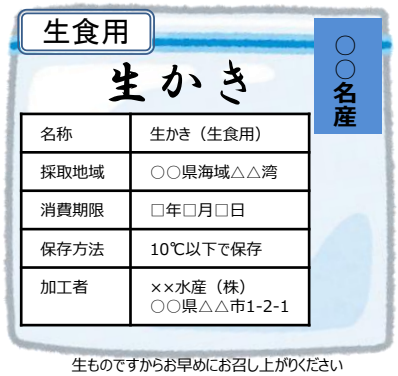
博士：ノロウイルス食中毒の原因は、主に２つある。１つ目は、ノロウイルスに感染した人が調理した食品を食べることじゃ。ノロウイルスに感染した人が調理すると、調理した食品にノロウイルスが付着するんじゃが、それを食べることで食中毒になるということじゃの。

２つ目は、ノロウイルスが蓄積する、カキ等の二枚貝を加熱不十分な状態で食べることじゃ。

Q子：でも、カキは、生で食べる物もありますよね？新鮮だったら加熱しなくても大丈夫なんじゃないですか？

博士：そうではないんじゃよ。カキは、新鮮だからと言って、必ずしも生で安全に食べられるわけではないんじゃ。じゃから、カキは「加熱用」あるいは「生食用」とパッケージに書いて分かるようにしてあるんじゃぞ。

Q子：なるほど！そうやって書いてあれば、生で食べてもいいのか、加熱しないといけないのかが分かりますね！



生ものですからお早めにお召し上がりください

「生食用」として売られているものは、食品衛生法に基づき、

- 海洋中の大腸菌数が定められた基準を満たした海域で採取されたもの、あるいは同等の基準を満たした海水または人口塩水で浄化したもの
- 洗浄殺菌した器具を用いて衛生的な場所で加工したもの

などの基準を満たしたものなんだニャ～。

生で食べる時は、「生食用」と書かれたものを買うんだニャ～。

ノロウイルス食中毒を防ぐために

【参考】政府広報オンライン

Q子：博士！ノロウイルス食中毒にならないためにはどうしたらいいんですか？

博士：ノロウイルス食中毒を防ぐポイントは、ノロウイルスを「持ち込まない」「つけない」「やっつける」「拡げない」の4つじゃ。

①ノロウイルスを「持ち込まない」

調理する人がノロウイルスに感染していると、その人が調理した食品を食べることによって多くの人にノロウイルスが二次感染してしまいます。

ノロウイルス食中毒を防ぐためには、調理場にウイルスを持ち込まないことが重要です。

＜家庭で調理する時に気を付けたいこと＞

・普段から感染しないように、丁寧な手洗いや日々の健康管理を心がける。

・腹痛や下痢などの症状があるときは、食品を取り扱う作業をしない。

②ノロウイルスを「つけない」

食品や食器、調理器具などにノロウイルスを付けないように、調理などの作業をする前などの「手洗い」をしっかりと行いましょう。

③ノロウイルスを「やっつける」

食品に付着したノロウイルスを死滅させるためには、**食品の中心温度85℃～90℃、90秒以上の加熱**が必要です。

④ノロウイルスを「拡げない」

ノロウイルス感染が身近で発生したときには、感染を広げないために食器の消毒や、おう吐物などの処理の際に二次感染しないように対策をすることが大切です。

博士：ノロウイルスは、食べ物からだけでなく、人から人に感染することもあるんじゃ。じゃから、患者の便やおう吐物を片付ける時は、素手では処理せずペーパータオル等で静かに拭き取り0.1%次亜塩素酸ナトリウムで浸すように床を拭き取り、その後水拭きをする等の対応が必要じゃの。

Q子：は～い！ノロウイルスにも新型コロナウイルスにも感染しないように手洗い頑張ります！

食卓の安全・安心ニュースで知りたいテーマがありましたら、メールかFacebookでお寄せください。
生活衛生課メール：c11222@pref.gifu.lg.jp　Facebookページ「岐阜県食品安全推進室」

最後までお読みいただきありがとうございました。