

これからの季節 特に気を付けたい食中毒

食中毒予防が必要なのは夏だけではなく。特に冬にはノロウイルスによる、感染性胃腸炎や食中毒が流行します。ノロウイルスは少量でも手や指、食品などを介して口から入ると、体の中で増殖し、腹痛やおう吐、下痢などの食中毒の症状を引き起こします。

今回はノロウイルスによる食中毒を予防するための4つのポイントをお伝えします。ぜひ、実行して元気に乗り切りましょう。

ポイント1は「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他の人に二次感染してしまいます。腹痛や下痢などの症状があるときは、食品を直接取り扱う作業をしないようにしましょう。

それでも食品を直接取り扱わなければいけない時はポイント2～4を徹底しましょう。

ポイント2は「つけない」

調理などの作業をする前は「手洗い」をしっかりと行いましょう。正しい手洗いが重要です。

手を洗うタイミングはトイレに行った後、調理の前、料理の盛り付けの前などです。

※正しい手洗い動画 政府広報オンライン



ポイント3は「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、中心温度85℃から90℃、90秒以上の加熱が必要です。しっかり加熱が大切です。

ポイント4は「ひろげない」

ノロウイルスが身近で発生したときには、感染を拡げないために食器や環境などの消毒を徹底しましょう。

- ・感染者が使ったり、おう吐物が付いたものは他のものと分けて洗浄・消毒する。
- ・食器などは、熱湯(85℃以上)で1分以上加熱するか、塩素消毒液に浸して消毒する。
- ・ドアノブなども、塩素消毒液などで消毒する(塩素消毒液は金属腐食性があるため、ドアノブは消毒後、薬剤を拭きとる。)
- ・衣類等を洗濯するときは洗剤を入れた水の中で静かにもみ洗いし、十分すすぐ。
- ・塩素消毒液による消毒、高温の乾燥機使用などを行うと、より殺菌効果が高まる。

※塩素系消毒液の作り方動画 東京都作成



症状が治まってからもしばらくの間、便から排出されますので、引き続き、感染を広げないように手洗いなどの予防を徹底しましょう。

もうすぐかきの季節がやってきます。ノロウイルスの感染源として取り上げられることがありますが、生食用のかきはノロウイルス対策をされたものですので安心してご利用いただけます。

東海コープ
ホームページに
「おいしくって、
安全なおはなし」の
バックナンバーが
あります。



2025年
10月3週
(41号)

東海コープからの

おいしくって、
安全なおはなし

