

## ノロウイルス対策をしよう！



### ノロウイルスの特徴

- 1年を通して発生し、11月～1月は特に起こりやすい
- 症状は吐き気、下痢、嘔吐、発熱
- 手指や食品などを介して感染する
- きわめて小さく、感染力が強い



### ノロウイルスの4原則

#### ●持ち込まない

ノロウイルスは小さい為、手指に付着するとしわや指紋、爪などに簡単に入り込んでしまいます。それを防ぐためには、徹底した手洗いが大事です。



#### ●拵げない

感染者の触れたものにウイルスが付着して感染を拵げてしまいます。ドアノブや蛇口、洗面所、受話器などこまめに消毒をして清潔を保ちましょう。



#### ●つけない

食品や調理器具を触る際は清潔な手で食事や調理をしましょう。



#### ●加熱する

ノロウイルスを死滅させるには、食品の中心温度を85～90℃で90秒以上で加熱する必要があります。



### 手洗いで洗い残しが多いところ

- 指先
- 指の間
- しわ
- 爪
- 親指のまわり



**気を付けよう！**