

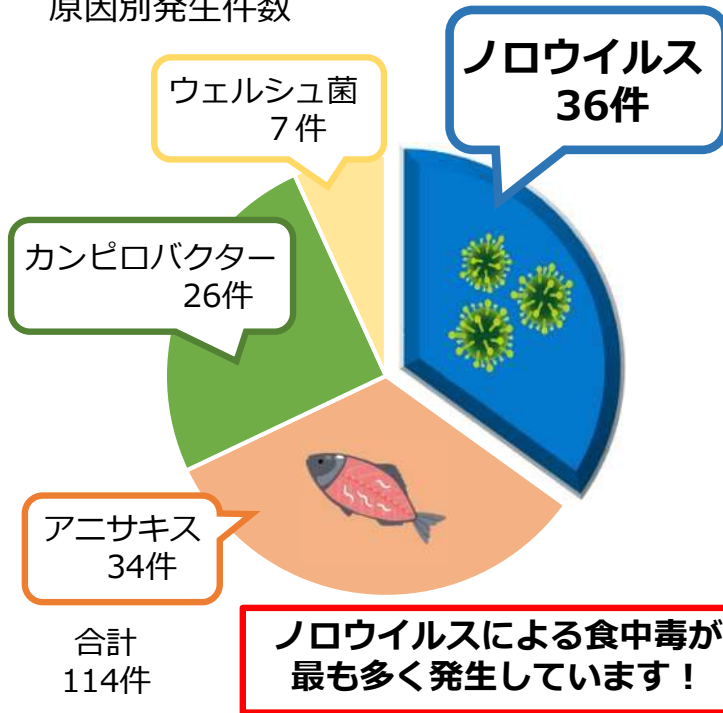
発行者 葛飾区保健所生活衛生課 食品衛生担当係（食の安全安心推進会議事務局）  
発行日 令和8年1月8日 問合せ 03-3602-1242

裏面 家庭でできるノロウイルス予防方法

## ノロウイルス食中毒について

### 令和6年 東京都食中毒発生状況

原因別発生件数



### 主な特徴

症状

下痢、吐き気、おう吐、腹痛、発熱  
(感染していても症状がでない場合もあります。)

潜伏期間

1～2日間

原因食品

主にカキなどの二枚貝

季節

年間を通じて発生  
(特に冬季に多く発生)

### 感染経路



以下のような  
場所で発生し  
ています。

- ・ 飲食店
- ・ 集団給食施設
- ・ 餅つき大会 等

- ノロウイルスが蓄積した二枚貝を生または加熱不十分で食べた場合
- ウイルスに感染した人が調理を行った際に食品を汚染させ、汚染した食品を食べた場合 等



# 家庭でできるノロウイルス予防方法

## 1 手洗い

- ・石けんを使って手洗いをしましょう。
- ・感染が疑われるときは、タオルを共用しないようにしましょう。

- ・帰宅したとき
- ・トイレの後
- ・調理の前
- ・食事の前
- ・汚物に触れた後
- など



## 2 加熱

- ・中心部まで十分に加熱しましょう。

目安は中心部が85℃以上で1分30秒以上



## 3 消毒

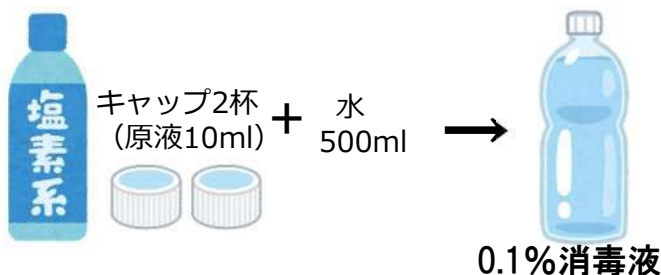
- ・ノロウイルスには次亜塩素酸ナトリウムによる消毒が有効です。

- ・調理器具類
- ・トイレのドアノブ
- ・水洗レバー
- ・便座
- など

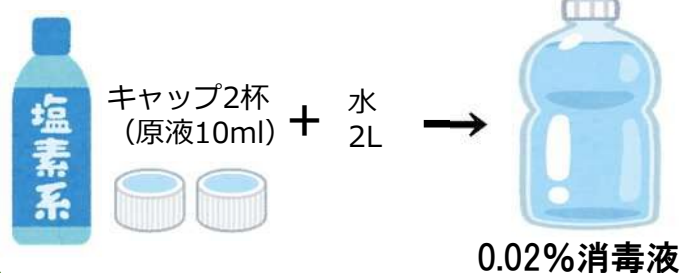


### 消毒液の作り方 (塩素系漂白剤の希釈方法：原液濃度5～6%の場合)

おう吐物・ふん便が付いた場所、物の消毒用 (0.1%消毒液)



トイレのドアノブ、水栓レバー、便座、衣類、食器具等の消毒用 (0.02%消毒液)



(注意) 塩素系漂白剤の使用の際は、製品の「使用上の注意」をよく確認し使用しましょう。