

■ノロウイルス（小型球形ウイルス）にご用心！

ノロウイルスが原因でおう吐・下痢を起こす人が増えています。特にこれからの冬季に多く発生します。ノロウイルスは口から体内に入り感染します。日ごろから、外出後・調理前・食事前・トイレ後などには、必ず石けんで手を洗う習慣を身につけ感染を予防しましょう。

●感染の原因

- ①ウイルスに汚染された二枚貝などを、生あるいは十分に加熱しないで食べた。
- ②食品を取り扱う人（家庭で調理を行う人も含まれます）が感染していて、その人を介して、ウイルスで汚染された食品を食べた。
- ③患者のふん便・おう吐物から二次感染した。

●ノロウイルスに感染すると？

潜伏期間（感染してから発症するまでの時間）は約12～48時間、主な症状はおう吐・下痢・腹痛で、発熱は軽度です。ノロウイルスは、何度も感染します。症状が消えても数日、長い人で1か月近く、ウイルスがふん便とともに排泄されます。

子どもやお年寄りなど抵抗力の弱い人は注意してください。

※もし、おう吐や下痢などの症状があれば、早めに医療機関で受診しましょう。

●ノロウイルス感染の予防や拡大を防ぐ方法

- ①とにかく石けんで手をよく洗う
- ②患者のふん便・おう吐物には直接触れない。
※患者のふん便・おう吐物には大量のウイルスが含まれています。
使い捨て手袋やマスクをつけて処理をしてください。
- ③汚染された場所や衣類などを消毒する。
- ④カキやアサリなど二枚貝の加熱処理（中心部で85℃以上で1分以上）を徹底する。

●消毒方法の目安

- ①熱湯あるいは蒸気消毒・・・85℃以上で1分以上
- ②塩素系消毒剤（次亜塩素酸ナトリウム）・・・0.02%（食器、衣類の消毒）または0.1%（糞便、おう吐物の処理）に薄めた液に約10分
※家庭用の漂白剤で代用する場合は、200倍程度に薄めて使用する。
※塩素系消毒剤を使って、手指など体の消毒をすることは絶対にしないでください。
また、塩素系消毒剤に酸性物質を混ぜると有毒ガスが発生し、大変危険ですので注意してください。

■予防接種・乳児医療機関委託健診の協力医療機関が追加になりました！

11月1日から、次の医療機関が高齢者インフルエンザ予防接種・乳幼児予防接種（BCGは除く）・乳児医療機関委託健診の協力医療機関に追加になりました。

みらい平クリニック（陽光台3丁目138-7）

☎38-4023（クリニック）

☎47-2288（予約専用）

※必ず事前に電話などでご予約ください。

◆問い合わせ先

健康増進課

（谷和原保健福祉センター内）

☎25-2100

