

■ノロウイルス(小型球形ウイルス) 食中毒にご注意!

今冬もすでに各地でノロウイルスによる集団感染が発生しており、死亡者が出ています。また、昨年よりも早い時期にノロウイルスの発生数が増加してきています。

ノロウイルスは十分に加熱すれば滅菌することができます。汚染された手や調理器具などを介してうつりますので、手洗いや調理器具の洗浄などに日ごろから気をつけることが大切です。

以前は、ノロウイルスといえばカキの生食が原因といわれましたが、最近では生カキ以外の貝類や、貝類とは全く関係のない食品が原因と考えられる事例や、全く胃腸炎症状を呈しない人のふん便からウイルスが検出され、無症状でもウイルスを排せつしていることが明らかにされている例が報告されています。これらのような食中毒を防ぐため、以下の事項に注意してください。



●手はこまめに洗う

- ①調理の前には、石けんなどで十分に手を洗いましょう。
- ②風邪に似た症状の場合もあるので、その際には特に入念に洗いましょう。

●調理器具をわける、きちんと洗浄する

- ①魚介類、特にカキなどの二枚貝（他にハマグリ、シジミ、ムール貝など）を調理した際は、水などがはねて他の調理器具が汚染されないように配慮し、また、調理器具はきちんと洗浄しましょう。
- ②魚介類を扱った調理器具と、生のまま食べる野菜などでは調理器具をわけ、また、加熱前と加熱後でも器具をわけるようにしましょう。

●十分に加熱する

- ①食品を加熱する際には、食品の中央まで火が通るように十分に加熱しましょう。
- ②十分に加熱していないものは、ノロウイルスに限らず食中毒の原因となる可能性があるという前提で、調理の際には配慮しましょう。

●フキンは十分に消毒する

手ふきや食器ふきに使用したフキンは洗剤で洗うだけでなく、熱湯や漂白剤（0.5%次亜塩素酸ナトリウム）で消毒し、日光に当てるか乾燥機で十分に乾燥させましょう。

●体調を崩している場合は調理に従事しない

下痢をしているときは、調理に従事しないようにしましょう。調理者の家族が下痢をしているときには、調理時や配膳時には念のため使い捨ての手袋の使用が望まれます。

●井戸水は消毒する

ノロウイルスは、人の腸管内で増殖し、ふん便中に排出され、水系汚染をおこし、食品などを介して感染する可能性があります。したがって井戸水を使用する場合には、消毒してから使いましょう。原水が水道水であっても、貯水槽を使用している場合は、使用水の残留塩素を定期的に調べましょう。

採血基準

項目	献血の種類		成分献血	
	全血献血	全血献血	血しょう	血小板
1回採血量	200ml献血	400ml献血	300～600ml	400ml以下
年齢※	16～69歳	18～69歳	18～69歳	18～54歳
体重	男性 45kg以上 女性 40kg以上	男女とも 50kg以上	男性 45kg以上 女性 40kg以上	

※60～69歳の方は、60～64歳までに献血の経験がある方に限られます。