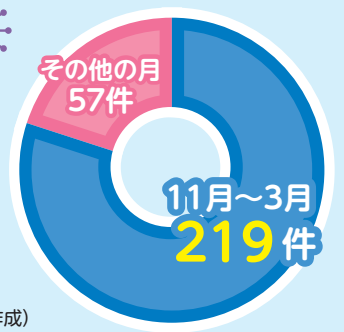


手洗いで防ごう! ノロウイルス

ノロウイルスによる食中毒・感染症は11月から3月にかけて多く発生します。
乳幼児や高齢者が感染すると重症化することがあります。
特徴を知って、食中毒や感染症を予防しましょう。

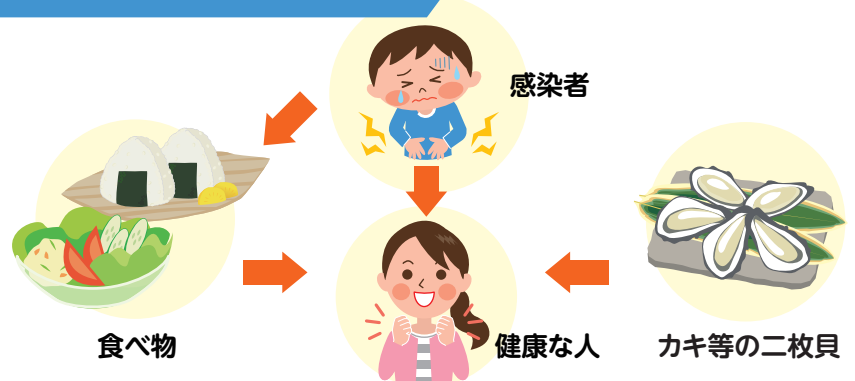
2024年 ノロウイルスによる
食中毒発生件数(全国)
(厚生労働省「食中毒統計資料」を基に作成)



ノロウイルスの特徴

- ① 吐き気・おう吐・下痢・腹痛等が1～3日間続く
- ② 潜伏期間は1～2日
- ③ 感染力が強い
- ④ 症状が回復しても、便からウイルス排出が続く

ノロウイルスの感染経路



感染予防のポイント

寒くなって水が冷たくなっても
しっかり洗いましょう!

1 ゆっくり丁寧な手洗い (目安:15秒以上)

手洗いのタイミング

- ・トイレ後、外出後
- ・調理前、食事前
- ・おむつ交換や
おう吐物の処理後 等

ノロウイルスが
手に付いているから、
手洗いが大切だよ

ノロウイルス イメージキャラクター



流水で手を濡らした後にせっけんをつけ、
手のひらをこすり洗う



両手の甲をよく洗う



手指と爪の間を丁寧に洗う



両指をこすり合わせて、指の間を洗う



指の付け根から指先まで洗う



手首も忘れずに洗う

2 食 事

食品(特にカキ等の二枚貝)は
中心まで十分に加熱して
食べましょう。



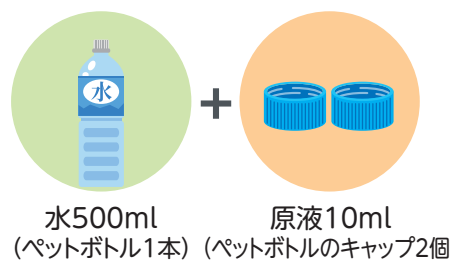
3 消 毒

トイレやおう吐物等で汚れた箇所は、十分に清掃した後、
塩素系漂白剤で消毒しましょう。

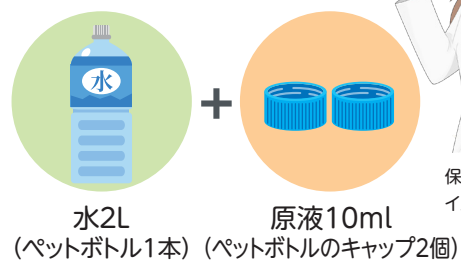
アルコールは
効きにくいので
注意!

消毒液の作り方 ※家庭用塩素系漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム濃度5%)を原液とした場合

●おう吐物や便等の処理



●水道の蛇口、調理器具、ドアノブ、 便座等の消毒



保健所医師
イメージキャラクター

症状が出た時の 対応

- 水分や栄養補給をし、安静にする。
- 早めに病院へ受診する。

ノロウイルス予防の動画やキャラクター等の
コンテンツを公開中!

港北区 ノロウイルス 検索

