

## 冬の食中毒

### ノロウイルスに気をつけて！

ノロウイルスは、冬季を中心に流行する感染性胃腸炎のおもな原因ウイルスです。最近では、冬場にも食中毒患者が多くなる傾向がでてきています。その原因の多くはノロウイルスによるものです。

ノロウイルスが原因の食中毒は、過去5年間を通して患者数が第1位を占めています。その原因食品は、生ガキなどの二枚貝が最も多く、そのほかではパン、生野菜、飲料水などとなっています。しかし、一方で原因不明の場合も比較的多くあり、近年、カキ貝を含まない食事が原因となる事例が増加しています。

特に飲食店事業者の方はノロウイルスの特徴と予防対策をよく知って、食中毒防止、二次感染防止に努めてください。

#### 1 ノロウイルスによる食中毒について

##### ①発生時期、本県の発生状況

1 1月から5月にかけて発生、特に1月～2月の寒い時期に発生が多く見られます。

平成17年…発生件数2件（全発生件数9件）

平成18年…発生件数3件（全発生件数10件 ※11月末現在）

##### ②症状

潜伏期間は24～48時間。主な症状は嘔吐、下痢、腹痛、吐き気などで、これらの症状が1日から2日間続きます。感染しても発症しない人もいます。

##### ③その他の特徴

ノロウイルスは非常に感染力が強く、少量のウイルス(10～100個程度)でも発症。

#### 2 感染経路

①汚染されているカキ貝などの二枚貝を生のまま、または加熱不十分な調理状態で食べた場合

②感染した人が十分な手洗いをしないで調理して食品を汚染し、これを食べた場合

③感染した人の便や吐物を介して人の口に入る場合（患者の便や吐物には大量のウイルスが存在します）

④乾燥した便や吐物が空中に浮遊し、その中のノロウイルスを吸い込んだ場合

#### 3 予防方法

##### ①手洗いを十分に行うこと

石けんでていねいに洗淨する（特に、トイレの後、調理前などの手洗い徹底）。

## ②調理器具、調理台を洗浄・消毒すること

- ・エタノールや逆性石けんはあまり消毒効果はありませんが、加熱や次亜塩素酸ナトリウムは効果があります。
- ・まな板、ふきん、包丁などは十分に洗浄した後、熱湯消毒を行う（85℃以上で1分間以上）か、または次亜塩素酸ナトリウム溶液（有効塩素濃度300ppm）に10分～20分間浸します。

## ③カキ貝は十分に加熱すること

カキ貝を生で食べることは控える。内部までしっかり加熱（中心温度が85℃1分以上）すること。また、カキ貝を調理した後の調理器具は洗浄・消毒を行い、手は十分に洗浄します。

## ④下痢や嘔吐などの症状のある人は、食品に直接触れる業務に従事しないこと

通常7日～10日間、便からウイルスが排出されます（長いときは1か月程度ウイルスの排泄が続くことがあります）。

## ⑤便や吐物の取り扱いに注意すること

使い捨ての手袋とマスクを着用し、便や吐物を静かに取り扱い、ビニール袋に密閉して廃棄します。汚物の処理は素手では絶対に行わないこと。

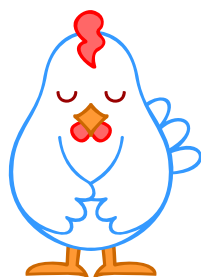
## ⑥飲食店営業者の方へ

カキ貝を生で提供することは控える。また、調理従事者がノロウイルスに感染した場合は、調理を通じて大きな食中毒につながる可能性があります。調理従事者自身もカキ貝を生で食べることは控えましょう。日常の健康管理が大切です。

◎特に冬場に多い食中毒ではありませんが、

最近では、カンピロバクターによる食中毒も増加しています。

食肉やレバーの生食は控えましょう！ 肉類は十分に加熱調理して食べましょう



## ☆カンピロバクター食中毒と予防のポイント

### 〔特徴〕

鶏、牛、豚、ペットなどの動物の腸管に住んでいて、特に鶏の保有率が高い。

低温でも長期間生存する。少量の菌でも発症することがある。

### 〔症状〕

潜伏期間は1～7日（平均2～3日）と長く、発熱、倦怠感、頭痛、筋肉痛、吐き気、腹痛、下痢、血便など。

### 【予防のポイント】

- ① 鶏刺し、鶏のたたき等の生食や加熱が不十分なメニューの提供を控える。
- ② 生レバー、ユッケ等を生食用として提供する場合は、「生食用食肉<sup>(注)</sup>の衛生基準」を満たして、「生食用」の表示のあるもの以外は使用しない。  
子供、高齢者、抵抗力の弱い方は、たとえ生食用の食肉、レバーであっても食中毒の原因となることがありますので、生で食べることは控えてください。
- ③ 食肉を調理する場合は、中心部まで十分に加熱する（75℃で1分以上）。
- ④ 食肉から他の食品への二次汚染を防止する。
  - ・ 冷蔵庫で保管する場合は、ビニール袋に入れる等、他の食品との相互汚染を防ぐ。
  - ・ 野菜、果物、調理済み食品等は、食肉と直接接触しないようにして提供する。
  - ・ 食肉を調理する加工台、まな板及び包丁等の器具は、専用のものを用いる。
  - ・ 食肉をとる箸などは、生肉用と加熱後の飲食用に区別して使用・提供する。
  - ・ 手指や調理器具の洗浄・消毒を十分に行う。
- ⑤ 井戸水は適確に塩素消毒する。

(注) 生食用食肉：牛または馬の肝臓や肉であって生食用として販売するもの。

#### (参考文献)

- (1) 「知って防ごう食中毒マニュアル」東京法規出版 監修 山本茂貴（国立医薬品食品衛生研究所 食品衛生管理部部長）
- (2) 「食品衛生責任者研修会テキスト（平成17年度版、平成18年度版）」監修 石川県健康福祉部薬事衛生課