

食品衛生ミニ情報

東京都多摩府中保健所ホームページにも掲載

多摩府中 ミニ情報

検索

令和7年2月 発行

東京都多摩府中保健所 食品衛生第一担当

府中市宮西町1-26-1(東京都府中合同庁舎内)

TEL 042-362-2334

武蔵野三鷹地域センター 食品衛生第二担当

武蔵野市西久保3-1-22

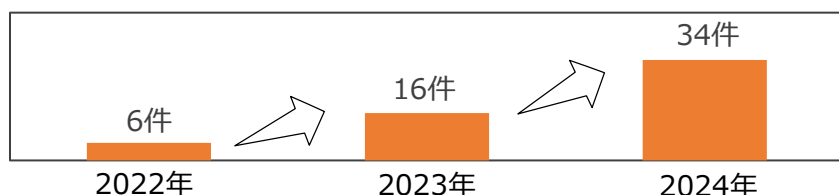
TEL 0422-54-2209

特集 ノロウイルス食中毒を防ぐには？

ノロウイルス食中毒が増加

ノロウイルスによる食中毒の発生件数は、新型コロナウイルス感染症が流行した2020年以降一時的に減少しましたが、近年増加傾向にあります。

ノロウイルス食中毒 年別発生件数（都内）



全国的にも発生件数が増えています



ノロウイルスによる胃腸炎の特徴

ノロウイルスは手指や食品などを介して口に入ることによって感染します。潜伏期間は24～48時間で、発症するとおう吐、下痢、腹痛などの症状が出ます。感染しても発症しない場合や軽い風邪のような症状の場合もあります。症状は通常1～2日で快方に向かいますが、糞便中には1週間程度、長い場合は1か月以上、ウイルスの排出が続きますので、トイレ後の手洗いや清掃・消毒をしっかりと行い二次汚染を防ぎましょう。

食中毒の発生時期

ノロウイルスによる食中毒は冬季に多く発生する傾向がありますが、季節にかかわらず**1年を通じて発生**するので常に注意が必要です。

ノロウイルス食中毒
2022～2024年の平均月別発生件数（都内）



食中毒の原因の8割が調理従事者

ノロウイルスによる食中毒は、ノロウイルスに汚染された食品を、生又は加熱不十分で喫食した場合に起こります。

また、感染した人が調理する際、手から食べ物にノロウイルスが付着し、それを食べることによって感染します。ノロウイルス食中毒の**約8割が調理従事者を介した汚染が原因**となって発生しています。



いかにしてノロウイルス食中毒を防ぐか

“彼を知り己を知れば百戦^{あや}殆うからず” これは 孫子の兵法にでてくる一節です。敵のことをよく知り、自分自身のことをよく知れば何度戦っても敗れないということです。ノロウイルスの特徴をよく知り、食中毒対策に有効な衛生管理方法を知り、実施することで食中毒を防ぎましょう。



ノロウイルスの特徴を知る

ノロウイルスには以下の特徴があります。

- ・感染力が強く、少量のウイルス粒子（10～100個）で感染・発症する
- ・感染すると便やおう吐物中にウイルスが大量に排出される
- ・85～90℃で90秒間以上加熱すると感染力を失う
- ・アルコール消毒が効きにくい
- ・次亜塩素酸ナトリウムや亜塩素酸水の消毒で失活する



ノロウイルス食中毒対策を知る

ノロウイルス食中毒を防止するための4原則を紹介します。

持ち込まない

- ・ノロウイルスに**感染しない**
- ・腹痛、下痢、おう吐等、**体調不良時は調理に従事しない**

HACCPに沿った衛生管理

衛生管理計画や記録を使って従業員の健康管理を行いましょう。



つけない

- ・適切なタイミングで**正しい手洗い**をする
- ・使い捨て手袋を使用する場合は**着用前に手洗い**を行い、作業内容が変わるたびに新しいものに交換する

【東京動画】
正しい手洗い▼



やっつける

- ・食品は中心温度**85～90℃で90秒間以上加熱**する



ひろげない

- ・おう吐物は**次亜塩素酸ナトリウム溶液**（1000ppm）を使用し迅速に適切に処理する

【東京動画】
おう吐物の
処理方法▼



手順をおさらい
しましょう



【東京動画】
塩素系消毒液
の希釈方法▼



こちらをご覧ください

ノロウイルス食中毒について詳しく解説しています。

【東京動画】
食中毒啓発
ファイル▶

