私にもできる！

ノロウイルス対策

はじめに

ノロウイルスによる集団感染を未然に防ぐには、保育園と家庭で情報共有することが大切です。この冊子を活用し、正しい知識を身につけて対策を始めましょう。

ノロウイルスとは？

感染性胃腸炎の原因となるウイルスです。

- 感染力が非常に強い
- 二枚貝に蓄積している
- 年間を通して発症する
- 消毒は次亜塩素酸ナトリウムと加熱

福岡市西保健所

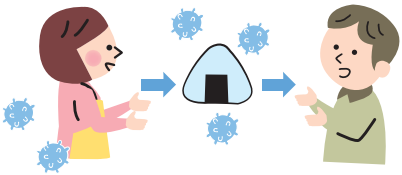
感染経路は３つ！

経路１ 人⇒人

●感染者の便や吐ぶつの処理をしたときに、手についたウイルスが口に入り感染。
●床などについた便や吐ぶつの処理が不十分だとウイルスが舞い上がり、吸い込むことで感染することも。
●感染者が使用したトイレのドアノブなどを介して感染。

経路２ 人⇒食品⇒人（二次汚染）

●感染者が調理した食品を食べることで感染。
●ウイルスに汚染された調理器具を介して感染することも。



経路３ 食品⇒人

●ウイルスが蓄積・付着した食品を十分に加熱せずに食べることで感染。
●ウイルスに汚染された井戸水から感染することも。

対策は？

対策 手洗い

ノロウイルスに限らず、手洗いは様々な感染症予防の基本です。
石けんを使って手のすみずみまでしっかりこすり洗いをして、ウイルスを洗い落としましょう。

目安はそれぞれ 5 回づつ

❶手のひら　❷手の甲　❸指先　❹指の間　❺親指　❻手首

みぎ・ひだり

対策 便・吐ぶつの処理

- 便や吐ぶつには大量（1g中に1億個）のノロウイルスが含まれています。
- ウイルスは空気中に舞い上がることがあります。十分に換気をして、すばやく処理を行いましょう。
- 消毒液は**0.1%**次亜塩素酸ナトリウムで。

詳細は6ページ（吐ぶつの処理方法）へ

対策 食品などの殺菌

- **中心温度85～90℃で90秒以上加熱**
  二枚貝は生で食べるのを控え、中心までしっかり加熱しましょう。
- **調理器具の消毒**
  洗剤を使って洗浄後、**0.02%**の次亜塩素酸ナトリウムで消毒、または、加熱が可能なもの（まな板、包丁、ふきん等）は85℃で1分以上煮沸消毒しましょう。

教えて！先生

ノロウイルス集団感染の発生

こんな失敗がありました！

事例

令和元年11月某日、午後から夜中にかけて、保育園の園児および職員170名中51名が、おう吐、下痢等の症状を起こしました。最終的には家族への二次感染も含め、患者153名の大規模な集団感染となりました。検査の結果、患者便からノロウイルスが検出されました。

原因

集団感染の発生した前日の午後、園ではお誕生会が行われていましたが、会場で1名の園児がおう吐しました。消毒はしましたが、不十分だったために感染が広がったと考えられました。

調査の結果

この園児の家族は、発症する前に二枚貝を十分加熱せずに食べていたことがわかりました。また、兄も同様の症状で学校を早退していました。

気をつけましょう！

- 家族におう吐・下痢がある場合は、園児本人は元気でも、登園時に先生に伝えましょう。
- おう吐や下痢の症状があった場合には、ノロウイルス感染症を疑い、感染予防の対応を行いましょう。

（5ページを参照）

不顕性感染に注意

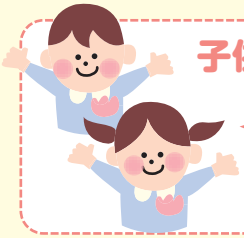
- ノロウイルスに感染しても症状が出ないことがあります。（不顕性感染）
- 症状がない場合でもウイルスは便中に排出されます。

教えて！先生

家庭内で感染しないためにどんなことに気をつけたらいいですか？

①こまめ＆念入りな手洗い

手洗いは感染予防の基本です。こまめに行いましょう。



子供

A

帰宅後
食事前
トイレの後

＋

B

大人

調理前
おむつ替え後
ごみ処理後
吐ぶつ処理後

②未加熱の二枚貝を食べない

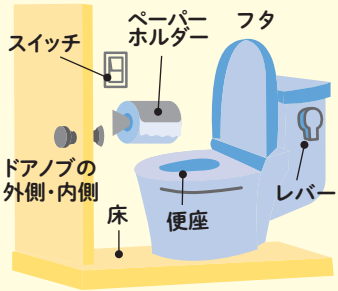
ノロウイルスは主に二枚貝（カキ、アサリ、シジミなど）の内臓に蓄積します。

③タオルの共用をしない

④トイレの消毒をする

人の手が触れる部分は次亜塩素酸ナトリウムで消毒を。

アルコールは効きません!!



次亜塩素酸ナトリウム消毒液の作り方

通常の掃除用

調理器具やドアノブ、手すりなど

一般的な家庭用塩素系漂白剤（5%）

ペットボトルのキャップ2杯分

0.02%
ペットボトル2Lの水

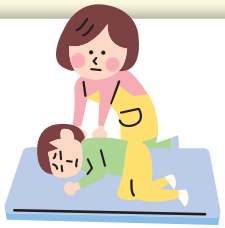
注意点

- 消毒液を作る時や使用する際は換気をしましょう。
- ビニール手袋等を着用し、皮膚についた時はすぐに水で洗い流しましょう。
- ドアノブ等の金属は腐食することがあるので、消毒後は水拭きしましょう。

教えて！先生

もし、ノロウイルスにかかったら

【家庭でできる応急処置】



❶吐ぶつで窒息しないよう、横向きに寝かせる。

❷脱水症状にならないよう、こまめに水分補給を。

❸下痢止めや吐き気止めは飲ませない（整腸剤はOK）

【その他のポイント】

Q1 吐ぶつ等で汚れた洗濯物は家族の物と一緒に洗っていいの？

A 洗剤を入れた水中で静かにもみ洗いして汚れを落とした後、**0.1%**次亜塩素酸ナトリウム液に10分程度浸すか、85℃で1分以上熱湯消毒をしてから、洗濯を。

Q2 お風呂で気を付けることは？

A 感染者は最後に入浴するかシャワーにしましょう。入浴後は浴槽、床、タオル、洗面器等も消毒しましょう。

Q3 消毒で気を付けることは？

A 蛇口、ドアノブ、便座などを**0.02%**次亜塩素酸ナトリウム液で消毒しましょう。じゅうたんや布団はスチームアイロンで加熱殺菌を。

Q4 おむつ交換で気をつけることは？

A 便がついたおむつはビニール袋に入れ、**0.1%**次亜塩素酸ナトリウム液を染み込ませ密封しましょう。処理後はしっかりと手洗いを！

※次亜塩素酸ナトリウムには漂白作用があるため色物の取り扱いにはご注意ください。

吐ぶつの処理方法

(1) 処理を行う前の注意事項

❶処理を行う人
使い捨て手袋、帽子、マスク、エプロンを着用し、足元はスーパーのビニール袋等で覆う

❷処理に必要なもの
ペーパータオル、ビニール袋、次亜塩素酸ナトリウム、ビニールシート、ペットボトル

❸処理をする人以外は近づかない

❹換気を十分に行う

吐ぶつや便の処理用

次亜塩素酸ナトリウム消毒液の作り方

(2) 処理の手順

❶使い捨てのペーパータオル等で汚物の外側から内側に向かって静かに拭きとる。

❷使用したペーパータオルはすぐにビニール袋に入れ、消毒液を染み込む程度に入れる。

❸ビニール袋は、空気を抜かずにしっかり口をしめて捨てる。

❹床やその周囲は消毒液を染み込ませたペーパータオルで覆い、乾燥を防ぐためにビニールシートをかけて10分程度置く。

❺吐ぶつ処理に使用したものは、ビニール袋に入れて捨てる。処理後はしっかり手を洗う。

代用品もOK!

ペーパータオルは…
↓
古タオル等

ビニールシートは…
↓
ビニール袋を開いたもの

←処理方法を動画で見たい方はこちら
福岡チャンネル ～市の動き～「これでバッチリ!ノロウイルス」

いつもと違うかも…と思ったら

チェックリスト

～登園前に少し詳しく確認しましょう～

発熱、吐き気、おう吐、下痢等の症状はありますか？

- **あり** → 登園を控え、医療機関を受診しましょう → 受診結果を園に伝えましょう
- **なし** → 普段と違う様子はないですか？〔食欲がない、機嫌が悪い等〕 / 家族に体調不良者はいませんか？ → 登園する際は、保育園の先生に上記のことを伝えましょう
- **なし** → いつもどおり → 登園 OK

教えて！先生

こんな時はどうするの？

Q 昨日子どもが1回だけおう吐しました。今朝は登園させてもいいですか？

A ノロウイルスに感染している可能性もあります。
集団感染のリスクを考え、登園は控えるか、園と相談しましょう。

Q おう吐・下痢の症状が治まりました。普通の生活に戻していいですか？

A 症状回復後も1か月程度はウイルスが便中に排出されるため周囲への感染に十分注意しましょう。

園からのお願い

お子さんの状態がいつもと違うと思ったら、園に詳しくお伝え下さい。
おう吐・下痢の症状があると施設内で感染が広がることがあります。
（園でも感染予防のための配慮をすることができます。）

西保健所 健康課・衛生課

令和2年発行