

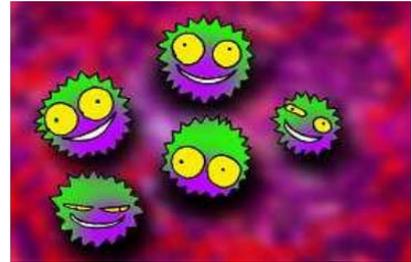
# ノロウイルスについて

最近、寒い時期を中心に流行しているノロウイルス。どんなウイルスか知って家庭で感染しないよう対策を講じましょう！！

## ノロウイルスを知りましょう

### Q1 どんなウイルス？

ノロウイルスはウイルスの中でもとても小さく丸い形をしています。



### Q2 ノロウイルスに感染するとどんな症状になるの？

吐き気



腹痛



下痢



発熱



### Q3 ノロウイルスはどうやって感染するの？

このウイルスは以下の経路で口から感染するものがほとんどです。

吐いた物や下痢便の付いたおむつなどをさわった手

感染した人の咳

感染した人が作った料理

二枚貝



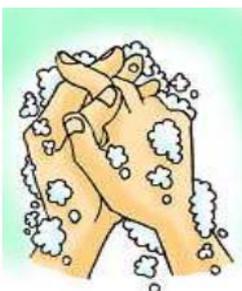
## ノロウイルスに感染しないためには

基本は手洗い

十分加熱しましょう

調理器具は洗浄と消毒を徹底しましょう

ウイルスから身を守りましょう ※



※ 吐いた物や下痢便の付いたおむつ等を扱うときは、感染を防ぐためにゴム手袋、マスク、エプロンなどを着用し、片付け終わったらゴミはすぐに捨て、洗濯物は塩素系漂白剤などで消毒しましょう。

## 家庭で感染した人が出た場合は？

子供やお年寄りなど、幼稚園や小学校、老人福祉施設など人が集まる場所で感染してしまう事も多いです。吐いたり下痢したものはウイルスがいっぱい！きちんと片付けて消毒しましょう！

### ペットボトルを使った簡単な消毒液の作り方

#### ○準備するもの

- ・塩素系漂白剤
- ・500ml ペットボトル（よく洗ったもの）
- ・ペーパータオル等
- ・ビニール袋（扱いやすいようにゴミ箱等にセットする）
- ・ゴム手袋
- ・マスク・エプロンなど（感染防止用）



#### ○手順

(1) 0.1% (1000ppm) 濃度の消毒液を作ります。

ペットボトルキャップ2杯の塩素系漂白剤をペットボトルに加える	水を加え全体を 500ml とし、フタをしてよく振って混ぜ合わせる
--------------------------------	-----------------------------------



(2) 吐いた物や下痢を取り除きビニール袋に入れます。

消毒液を浸したペーパータオルで吐いた物などを覆う	拭き取り面を覆いながら静に除去し、ビニール袋に入れる
--------------------------	----------------------------



(3) 汚染されたところを消毒します。

消毒薬を浸したペーパータオルで数回拭き、最後に数回水拭きする	使用したペーパータオルや手袋をビニール袋に入れ、消毒液を加えて密閉し廃棄する。
--------------------------------	---



### 家の中の消毒は薄い消毒液を準備しましょう

\*薄い消毒液：2リットル（又は2.5リットル）のペットボトル+キャップ2杯の塩素系漂白剤（約200～250ppm）

場所	部位・種類等	消毒方法
トイレ、洗面所、浴室	大・小便器、排水用レバー、ノブ、蛇口、浴槽	洗剤等で汚れを落とした後、薄い消毒液で消毒する
便や吐いたものが飛んだ場所 汚れた手で触れた場所など	床、壁、ドアノブ、電話機など	薄い消毒液をペーパータオル等につけ拭き取る
便・吐物等の汚染のあるもの (寝間着、下着、シーツ等)	パジャマ、下着、シーツ、布のおしめなど	洗浄後、薄い消毒液に30分浸してから洗濯スチームアイロン・布団乾燥機も効果有り
汚物と接触したもの	マスク、ペーパータオル	ビニール袋等に入れて捨てる