



感染性胃腸炎（ノロウイルス）について



昨年6月末、滝川保健所管内で感染性胃腸炎が流行しました。感染性胃腸炎の原因のひとつであるノロウイルスは、冬場に多い感染症ですが、1年を通して発生しています。非常に強い感染力をもちますが、適切な対処で感染拡大を防ぐことができます。

〔ノロウイルスとは〕

手指や食品などを介してウイルスが口から入って感染し、1～2日の潜伏期間の後、嘔吐・下痢・腹痛などを起こします。多くは1～2日で回復しますが、回復後も1週間～1か月の間、便中からウイルスが排出されるので、注意が必要です。

〔予防方法〕

手洗い

トイレに行った後や調理・食事をする前の丁寧な手洗いが重要です。爪は短く切り、指輪等は外し、石けんを使って温水で手洗いを2回繰り返しましょう。タオルは共有せず、ペーパータオルなどで手を拭き、よく乾かす事が重要です。最後にアルコールで消毒するとより効果的です。



食品の加熱処理

二枚貝などの食品は中心部が85～90度で90秒以上の加熱が望ましいとされています。調理器具等は使用後に洗浄・殺菌しましょう。



消毒

〈用意するもの〉

バケツ、使い捨ての手袋・マスク・エプロン、新聞紙やペーパータオル、ビニール袋、消毒液（消毒液は、塩素系消毒液を希釈して作りますが、家庭用の次亜塩素酸ナトリウムを含む塩素系漂白剤でも代用できます）

〈消毒の仕方〉

使い捨てのエプロン・マスク・手袋を着用し、窓を開け換気します。

（1）便や吐物の処理・汚染された恐れのある場所の消毒

・汚染物が周囲に飛び散らないよう、消毒液を新聞紙やペーパータオルに浸して静かに拭き取ります。（2m以上飛び散っている事を想定し拭き取りましょう）

・汚染物を拭き取った後、手すりやドアノブを消毒した後は、必ず水拭きしましょう。

・吐物が乾燥すると、ウイルスが空气中に漂い感染することもあるので、拭き取り等に使用した物はビニール袋に入れ消毒液を入れて密封して捨てます。

（2）衣類・シーツなどの消毒

洗剤を入れた水の中で静かにもみ洗いした後、85度で1分以上の熱水洗濯が適しています。熱水洗濯ができない場合は、次亜塩素酸ナトリウムで消毒をして十分にすすいだ後、乾かします。高温の乾燥機、スチームアイロン、布団乾燥機などを使用すると殺菌効果は高まります。



消毒液の作り方

〔用意する物〕

- ・家庭用塩素系漂白剤
- ・水
- ・ペットボトル
- ・使い捨て手袋



〔希釈の仕方〕

① トイレ、吐物がついた場所・物・衣服に使用する消毒液

塩素系漂白剤10ml(ペットボトルのキャップ2杯分)を500mlの水に希釈



② 厨房内、日常的な掃除、食器、器具などに使用する消毒液

塩素系漂白剤2.5ml(ペットボトルのキャップ半杯分)を500mlの水に希釈



使用できる場所

手指	環境	排泄物	器具	
			金属	非金属
×	○	○	△	○

※皮膚への刺激が強いため、手指には使用できません。

※金属には腐食性があるので、使用した後はしっかりと水で洗い流すか、拭き取りましょう。

—使用時の注意事項—

- ・塩素系漂白剤は、製品の「使用上の注意」を必ず確認してから使用してください。
- ・希釈した消毒液はなるべく早く使用し、誤って飲むことが無いように消毒液であることを明記し、子どもの手に触れないようにしましょう。



胃腸炎症状がある場合は、ノロウイルスの感染予防方法にそった対応をとることをお勧めします。

【問い合わせ先】 浦臼町保健センター内子育て世代包括支援センター
(子育て支援係) TEL: 69-2100

町民まちづくり活動応援補助金制度対象事業

だれでも食堂のご案内



浦臼の野菜をできるだけ利用した、月に1回町民が開く、町民のための食堂です。

日時：7月20日(土) 11:30~13:30

開催場所：ふれあいの家(中央団地敷地内)

メニュー：串カツ・ごはん・みそ汁

料金：大人200円 18歳以下無料

国民健康保険税は納期限内に必ず納めましょう!!