

家庭でできるノロウイルス対策を学ぶ！

Q子：ノロウイルスは目には見えないし、知らない間に手についていたら…と考えるととても心配です。何に気を付けたいんだろう？

博士：ノロウイルス対策の下の3つポイントを実践することじゃ。ノロウイルスは、この時期だけでなく、一年を通して発生しているから、毎日の生活の中で意識することが大切じゃぞ。

(参考：食品安全委員会)

- 加熱 -

汚染のおそれのある二枚貝等の食品は、中心部までしっかり加熱！



加熱は90秒間以上
中心温度85～90℃

- 手洗い -

石けんでよく洗い、流水で十分にすすぎましょう。2回繰り返すとより効果的！



食事前やトイレの後、
調理前後は必ず！

- 消毒 -

まな板や包丁などの調理器具は、使用後すぐに洗いましょう。



次亜塩素酸ナトリウム
溶液か熱湯で消毒

Q子：意識したら全部できそうです！でも博士、“次亜塩素酸ナトリウム溶液”って何ですか？

博士：これは、市販の塩素系漂白剤を薄めて簡単に作れるぞ。せっかくなから、作り方を教えておこうかの！

消毒液（次亜塩素酸ナトリウム溶液）の作り方※

※原液濃度5～6%の場合です。

(製品ごとに濃度が異なるため、表示を確認しましょう。)

まな板や包丁などの調理器具の消毒用

(0.02%次亜塩素酸ナトリウム溶液)

塩素系



キャップ2個分



+

水
2L

→



0.02%
消毒液

★おう吐物等の消毒は
0.1%消毒液を使用

漂白剤 キャップ8個分
+
水 2L

作った消毒液は、誤飲・誤使用を防ぐため、容器に「消毒液」等と書いておくだニャ～！



博士：上のイラストのように、市販の塩素系漂白剤（5～6%）のキャップ2個分と2Lの水をよく混ぜれば完成じゃ。

Q子：想像していたより簡単に作れて驚きました。たくさん作り置きをして、必要な時に使えば便利ですね！

博士：Q子、作り置きはダメじゃ。希釈した消毒液は時間がたつと効果が弱まるから、必要な時に作るんじゃぞ！それから、次亜塩素酸ナトリウム溶液は、皮膚に対して刺激作用があるから、ビニール手袋などを着用して使うことじゃ。

もちろん手の消毒などには使えないぞ。金属に対しては腐食作用もあるから、金属部は消毒後、水拭きをするんじゃ。

Q子：分かりました！ノロウイルスを予防するために、たくさん食べて、たくさん寝て、免疫力を高めようと思います！

博士：運動することも忘れるんじゃないぞ～！