

市民のみなさまへ

ウイルスは、食品中では増えませんが、ごくわずかな汚染によって食中毒を起こしてしまいます。

ウイルスを食品に「つけない」ためには、調理者はもちろんのこと、調理器具、調理環境などの調理場全体がウイルスに汚染されないことが極めて重要です。そのようなウイルスに汚染されていない調理環境を作るには、調理場内にウイルスを「持ち込まない」、仮に持ち込んだとしても、それを「ひろげない」ことや加熱及び消毒で「やっつける」ことが大切です。この四原則を守り食中毒を予防しましょう。

- 1 ウイルスをつけない
 - ◆ 食品、手及び調理器具をしっかりと洗いましょう。
- 2 ウイルスを持ち込まない
 - ◆ 腹痛や下痢等の症状があるときは、食品を直接取り扱う作業はしないようにしましょう。
(感染後、1ヶ月程度、糞便中に排出されることがあります)
- 3 ウイルスをひろげない
 - ◆ 冷蔵庫やドアのノブ等、手がよく触れる部分は、次亜塩素酸ナトリウム等でこまめに消毒しましょう。
 - ◆ 嘔吐物は次亜塩素酸ナトリウムを使用して適切に処理しましょう。
- 4 ウイルスをやっつける
 - ◆ 食品内部まで十分に加熱しましょう。
 - ◆ 調理器具は十分に洗浄した後、熱湯や次亜塩素酸ナトリウムで消毒しましょう。

【参考資料】

- 1 ノロウイルスについて
 - (1) 特徴
 - ◆ ノロウイルスは、乳幼児から高齢者まで幅広い年齢層に感染性胃腸炎を引き起こすウイルスです。
 - ◆ 通常の食中毒菌では10万個～100万個程度で発症しますが、このウイルスは100個以下の少量でも感染が起こります。
 - ◆ 感染後、人の腸管内で増殖し、患者の便や吐物の中には1グラムあたり100万個から100億個のノロウイルスが含まれており、これらの処理時に感染する場合や、処理後に乾燥して浮遊したノロウイルスを吸い込んで感染する場合があります。
 - (2) 原因食品
 - ◆ ノロウイルスに汚染された食品(ウイルス感染者が、手指を介して食品を汚染する。)
 - ◆ 生カキなどの二枚貝
 - (3) 症状
 - ◆ 吐き気、嘔吐、下痢、発熱など
 - (4) 潜伏時間
 - ◆ 通常24時間～48時間
- 2 ノロウイルス予防のポイント
 - ◆ 二枚貝(カキ、アサリ、シジミなど)は、十分に加熱(85℃～90℃で90秒以上)してから食べましょう。
 - ◆ ノロウイルスは、アルコールや逆性石鹼が効きにくいいため、洗い流すことが重要です。
 - ◆ 調理の前や、トイレの後、生の二枚貝を処理した後には石鹼で手をよく洗いましょう。
 - ◆ まな板、包丁、布巾はよく洗い、熱湯や台所用塩素系漂白剤で消毒しましょう。
 - ◆ 感染者の嘔吐物などを処理する場合は、使い捨ての手袋とマスクを使いましょう。

3 藤沢市における食中毒発生状況(2026年10月6日時点)

	件数	患者数	死亡者数
2026年(1月1日～10月6日現在)	7	46	0
2025年(同期間)	6	467	0
2025年(1月～12月)	6	467	0