

# 冬の下痢やおう吐。ノロウイルスの仕業かも!?

## 原因

ウイルスが蓄積した二枚貝を、十分に加熱せず食べる。

中心部までしっかり火を通しましょう。



## 原因

ウイルスが付いた手で、調理や食事をする。

石けんで丁寧に洗いましょう。

清潔なタオルで拭きましょう。



冬になると、ノロウイルス食中毒が多く発生します。ノロウイルスの主な症状は、下痢、おう吐、1~2日の微熱です。ウイルスはどこからやってくるのでしょうか?どうすれば防げるのでしょうか。



## 原因

トイレを通じて、ウイルスに触れてしまう。

感染した人の便には、**ウイルスが含まれています**。ドアノブ、レバー、便座などを、台所用の塩素系漂白剤を薄めた液で消毒しましょう。

<消毒液の作り方>  
トイレ掃除:漂白剤20ml(キャップ1杯弱)を、水道水5ℓで薄める。



## ノロウイルス Q&A

**Q** なぜ、二枚貝はノロウイルスを持っていることがあるのでしょうか。

**A** 二枚貝は海水を吸って、プランクトンを食べます。その過程で、ウイルスが体内に溜まります。

**Q** 冷凍牡蠣なら、ウイルスは死んでいるのでしょうか?

**A** ノロウイルスは、冷凍しても死滅しません。しっかり加熱しましょう。