

食育だより

2015年12月

～12月から1月がピークです～

ノロウイルスにご用心!

一般的に、食中毒は気温が高い夏場に流行するイメージがありますが、ノロウイルスに代表されるように冬場にも流行しますので、年間を通じて食中毒には注意が必要です。

ノロウイルスは手指や食品などを介して経口で感染し、ヒトの腸管で増殖し、おう吐や下痢、腹痛などを起こします。乳幼児や高齢者は重症化する場合がありますので、特に注意が必要です。

ノロウイルスの特徴

耳かき1杯分の 排泄物 1g

約10億個のノロウイルスが含まれる

日本の総人口、約1億2000万人を感染させることができる



ノロウイルスの予防

① 手洗い

帰宅後、調理前、食事前、トイレ後は石鹸を泡立てて、丁寧に洗いましょう。

② 食材の加熱

カキやあさりなどの二枚貝は85～90℃、90秒以上の加熱をしましょう。

③ 調理器具、ふきんの消毒

洗浄した後、次亜塩素酸ナトリウム（塩素系漂白剤）や熱湯を用いて消毒をしましょう。

消毒液の作り方

家庭用の塩素系漂白剤（原液濃度約6%）を使用して消毒液を作りましょう。

塩素系漂白剤 (濃度6%)	液の量	水の量	液の量	水の量
	10ml	3L	50ml	3L

食器、カーテンなどの消毒 や拭き取り 200ppmの濃度の消毒液	おう吐物処理 (袋の中で廃棄物を浸す) 1,000ppmの消毒液

※ 消毒液は、作り置きをすると効果が薄れます。使用のたびに作りましょう。また金属を腐食させる性質がありますので、金属製の物を消毒した際は、5～10分後に拭き取りをしましょう。

おたのしみメニュー

今月はおたのしみメニューがあります。
子どもたちの大好きな食材を取り入れたメニューとなっています。



(参考) 厚生労働省HP / 健康と医療 / 食品

編集/発行



～食文化の未来を考える～

株式会社アイコーメディカル