

## 仁淀病院から のお知らせ

# こんにちは！栄養科です。 ノロウイルスによる食中毒にご注意ください！

食中毒は夏場だけではありません。これからの時期、実は注意が必要な食中毒があるのをご存知ですか？それはノロウイルスが原因の食中毒です。今回は、ノロウイルスによる食中毒の特徴と、予防策についてお知らせします。

- ◇冬期に多い：10月ごろから急増し、冬場がピーク。その後は4月ごろまで多発する。
- ◇患者数で第1位：食中毒全体に占める割合は、患者数では半数を超えて1位。原因では約3割を占める。
- ◇感染力が非常に強い：少量（10～100個）で感染し、発病する。一度かかってもまた繰り返し感染する。
- ◇下痢・嘔吐・発熱・腹痛などの症状がみられるが、症状がなくても感染している場合がある。

### ノロウイルスの予防4原則

- ◇持ち込まない  
普段から感染しないように食べ物や家族の健康状態に注意する。
- ◇つけない  
トイレの後や調理の前には十分に手洗いを。調理器具も細目に洗浄消毒して清潔に。
- ◇加熱する  
85℃以上になるように十分に加熱することでウイルスが死滅する。
- ◇ひろげない  
嘔吐物や糞便にはノロウイルスがいると考え、消毒液で正しく速やかに処理をする。

**家庭でできる消毒液の作り方をご紹介いたします**

**嘔吐下痢！ 糞便・吐物用消毒液の作り方**  
約1000ppmです

市販の漂白剤  
(次亜塩素酸ナトリウム (6%))

ネットボトルのキケン2杯  
(約100ml)

+

水 500ml  
ネットボトルが一杯になるまで

ラベルをはいて  
一目でわかるようにネットで書く

500ml ネットボトル

誤飲注意!

## インフルエンザワクチンの定期予防接種が始まります

◇接種期間 10月1日(火)～12月31日(火) ※医療機関の休診日を除きます。

対象者 (接種日時点)	自己負担額
65歳以上の方	1,100円
60歳から64歳までで、次の要件に当てはまる方	1,100円
心臓、じん臓又は呼吸器の機能に自己の身の日常生活が極度に制限される程度の障害を有する方、 又はヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方	
65歳以上の生活保護受給者	無料 (接種前に下記の免除申請場所で自己負担金免除証明書の申請が必要です。)

問い合わせ・  
免除申請場所

ほけん福祉課 (すこやかセンター伊野内)  
吾北総合支所住民福祉課  
本川総合支所住民福祉課

☎ 893-3811  
☎ 867-2300  
☎ 869-2114