

ノロウイルスに気をつけよう!

ノロウイルスによる食中毒は、発生件数が11月ごろから増え始め、1月にピークをむかえます。ノロウイルスは、わずか100個以下のウイルスでも感染するほどの強い感染力を持ち、「食品から人」だけでなく「人から人」にも感染するのが特徴です。

ノロウイルスに感染しても、発症しなかったり、軽い風邪のような症状で済む人もいます。乳幼児や高齢者など抵抗力の弱い人が感染すると重症化しやすいため、注意が必要です。正しい知識を身につけ、予防に努めましょう。

【主な症状】

1〜2日間の潜伏期間を経て、吐き気、おう吐、下痢、腹痛、37℃程度の軽い発熱などの症状がみられます。

【予防方法】

- ・ 手洗いの徹底
『人の手』が一番の感染源になることもあります。ノロウイルスに汚染された可能性のある食品を取り扱った後や食中毒を起こした人のおう吐物やふん便などを処理した後などは、丁寧に手洗いを行いましょう。
- ・ 食品からの感染を予防
ノロウイルスに汚染された力キなどの一枚貝の生食が原因とされています。

市販の漂白剤(塩素濃度約5%)の薄め方

濃度	希釈方法
0.02%	2Lのペットボトル1本の水に10ml(原液をペットボトルのキャップ2杯)
0.1%	500mlのペットボトル1本の水に10ml(原液をペットボトルのキャップ2杯)

(健康福祉課 管理栄養士)

ます。心配な場合には、生食は避け、中心までしっかりと加熱(85℃以上で1分以上)すると、感染性はなくなるといわれています。

また、その汚染された食品を取り扱った調理器具から感染が広がることもありますので、十分に洗った後0.02%の次亜塩素酸ナトリウム消毒液で消毒しましょう。加熱できるものは、85℃以上の熱湯で1分以上煮沸消毒します。

- ・ 人からの汚染を予防
おう吐物やふん便の処理が不十分などが原因になります。ふき取ったおう吐物などは、ビニール袋に入れ、密閉した状態で捨てます。使い捨てのマスクやガウン、手袋などを着用し、汚物に直接触れないようにすると安心です。



さん歩 3年 高橋 強

ぼくは、お母さんといっしょにさん歩に出かける時があります。

「どうむ公園まで歩いて行ってみようか。」
「こんげんどうまで歩いて行ってみようか。」
と、通ったことのない道を、たんけんしている気持ちでワクワクしながら歩きます。お花がきれいにさいていたり、いろいろな野菜が育っていたり、かわいい犬がいたり、ネコが道をわたっていたり、かえるを見つけたり、きれいな落ち葉を探したりしました。

「のんびり歩いてみると、「こんな所に?」とおどろくことばかりです。歩いていると、知らない人まであいさつをしてくれて、とても気持ちがいいです。

ただ、さんねんなことがあります。それは、ゴミがたくさん落ちていて、さす。前にボランティアでゴミ拾いに、さんかしました。たくさんのゴミが集まり、びっくりしました。ゴミがない五霞町になったらいいなと思います。



ぼくの住んでいる五霞町 3年 高橋 力

ぼくは、五霞町の原宿台に住んでいます。原宿台は、住宅街です。ぼくの家のまわりには、おじいさんとおばあさんが住んでいます。



おじいさん、おばあさんは、あいさつをしてくれたり、声をかけてくれます。そのほかにもおかしをくれたり、朝、ごみをすてにいくとほめてくれたりします。ぼくのおじいちゃんとおばあちゃんは遠くにいますので、五霞町におじいちゃんとおばあちゃんができたように、うれしいです。お母さんといつも「ありがたいね」と話しています。

原宿台のおじいちゃんとおばあちゃんは、花を育てるのが上手です。家のまわりに花がいっぱいで、とてもきれいです。この間、ぼくのうちの庭に、花の苗を分けてくれました。花がさくのが、今からとても楽しみです。

ぼくはいつも、やさしい人にかまれています。ありがたうという感じの気持ちでいっぱいです。いつか、おんがえしができるようになります。そして、ぼくもすてきな町の一人になれるように、すてきな町づくりにきょう力していきます。