ノロウイルスを、職場に広げない

12月から3月は、ノロウイルスが多い時期。100個以下という少しの量でもうつるといわれます。

1　だれかが吐いたら、乾く前に、この順番で　乾くと、ほこりと一緒に舞い上がります

1 人を離し、窓を開ける
周り2mは汚れていると考える

2 手袋・マスク・エプロン
使い捨てのもの。手袋は2組以上

3 外側から内側へ拭き取る
ペーパータオルで、静かに

4 袋に入れ、口をしばる
袋の中で1,000ppmの液に浸す

5 床を消毒液で拭く
200ppmで広めに。あと水拭き

6 換気を続け、手を洗う
手袋をしていても石けんで

2　消毒液は、塩素系漂白剤を水でうすめて　例：濃度6%の製品で作るとき

床・トイレ・ドアノブに	拭き取ったものを捨てるときに	消毒用のアルコールは
200ppm	**1,000ppm**	**効きにくい**
水3Lに、製品10mL	水3Lに、製品50mL	手洗いの代わりにもならない

してはいけない　酸性の洗剤と混ぜる・スプレーで吹きかける・手や肌に使う。製品の濃度は表示で確かめます。

3　手洗いは「2度洗い」、症状があるときは休む

必ず手を洗うとき
- トイレのあと・食事の前
- 調理・盛り付けの前
- 吐いたものの処理のあと

洗い方
- 石けんをよく泡立てる
- 指の間・指先・手首まで
- 洗う・すすぐを2回くり返す

休むとき
- 下痢・吐き気があれば休む
- 治っても、トイレのあとは念入りに
- 調理は症状がある日はしない

わが職場の決まり　会社で書きこんでお使いください

処理セットの場所 ----------

休むときの連絡先 ----------

今日から続けよう　トイレのあとと食事の前は、石けんと流水で2度洗い。処理セットの置き場所を、みんなで確かめておきましょう。

印刷・配布は自由です。内容と社名は変えずにお使いください。この資料は一般的な健康の情報です。体調が気になる人は、医療機関に相談してください。

出典：厚生労働省「ノロウイルスに関するQ&A」／厚生労働省 リーフレット「ノロウイルスによる食中毒（予防対策）」（令和8年9月17日更新）／こども家庭庁「保育所における感染症対策ガイドライン」

津山産業医事務所株式会社　tsuyama-sangyoi-office.com

くわしい解説
（産業医のコラム）