



ウイルス感染症の予防について

例年11月から翌年3月までの間は「ノロウイルス食中毒予防強化期間」と位置付けられ、皆さんの調理現場でも各自の健康管理や正しい手洗いの励行等に努めて来られたと思います。その結果、顕著に食中毒事故数の減少傾向が見られるようになりました。ノロウイルスは、現在、世界を震撼させている新型コロナウイルス、そしてインフルエンザと同様、下表に示すように飛沫、接触の感染経路が主であることで共通しています。これら3種類のウイルスの特徴や予防対策をお話します。

感染症の名称	新型コロナウイルス	インフルエンザウイルス	ノロウイルス
感染症法での分類	2類感染症相当	5類定点把握感染症	5類定点把握感染症
食品媒介の感染	なし	なし	あり
主な感染源	感染者の飛沫、呼気及びそれらの汚染物	感染者の飛沫及びそれらの汚染物	感染者の便及び嘔吐物
感染経路	飛沫、接触、エアゾル	飛沫、接触	飛沫、接触、塵埃
潜伏期間	5～6日(長いと14日)	1～3日	1～2日
好発年齢	全年齢(大人が多い)	全年齢(子供が多い)	全年齢(子供が多い)
主な症状	発熱、空咳、味覚や嗅覚障害、不顕性感染、高齢者は重篤化	38℃以上の高熱 倦怠感、関節痛 筋肉痛	嘔気、嘔吐、下痢 38℃以下の発熱 不顕性感染
治療法	対象療法	抗ウイルス剤	対症療法
ワクチン	なし(開発途上)	既にあり	なし(開発途上)
消毒法 (何れも適正濃度で)	アルコール(手指、対物) 次亜塩素酸Na(対物)	アルコール(手指、対物) 次亜塩素酸Na(対物)	アルコール(手洗後)※ 次亜塩素酸Na(対物)

※一部のアルコール製剤には有効と思われるものもある。

一部引用:『食と健康 2020・11月号』(日本食品衛生協会)

共通する感染予防の三原則について

- 1) 飛沫感染の予防: マスクをつけて咳やくしゃみの放出を防ぐマナーに努め、ウイルスを周囲にまき散らさない。
- 2) 接触感染の予防: 正しい手洗いの励行でウイルスを手指に付けないようにする。
- 3) 正しい消毒の実施: 手指や汚物処理、施設、調理器具等の消毒は各ウイルスの薬剤に対する特徴を十分把握したうえで行うようにする。

正しいマスクの着用



イラスト:何れも厚労省ホームページを引用

正しい手の洗い方



冬の寒冷、乾燥の季節に全年齢層の人々が感染し発症する疾患としてインフルエンザとノロウイルスが挙げられて来ましたが、今年初頭から典型的な人・人感染形態を特徴とする新型コロナウイルス感染症(Covid-19)が世界的に大流行し、一向に終息への目途すら立っていません。ここに挙げた3つのウイルス性疾患は飛沫や接触による感染方法を採用し、対物に対する消毒法は現在、調理現場で汎用されている次亜塩素酸Naで共通しています。ここにお示した予防対策と日々の健康管理に努め、元気でこの冬を乗り切りましょう。