

気をつけよう！感染症（令和7年第4号）

令和7年3月5日発行
松本市保健所保健予防課

ノロウイルス感染症に注意！！

松本市内で感染性胃腸炎の発生が多い状況です。

～ 感染を広げないために ～



ノロウイルス感染症とは？

ノロウイルス感染症は12月から3月をピークにして全国的に流行しています。

【症状】

吐き気、おう吐、下痢、腹痛、微熱など
子どもや高齢者が感染すると、重症化しやすいと言われています。



【潜伏期】

約24～48時間度

【感染経路】

- ・汚染された飲食物を摂取するか、ウイルスで汚染されたものを口にする場合
- ・感染した人の便や嘔吐物に触れた手指を介してウイルスが口に入った場合

①手洗いをしっかりと

食事の前、トイレの後など石けんでよく洗い流水で十分に流しましょう。消毒用エタノールは、ノロウイルスには効きづらいため、手洗いが大切となります。

②人からの感染を防ぐ

ノロウイルスは乾燥すると空中に漂い口に入って感染することがあります。感染した人の便やおう吐物は速やかに処理して二次感染を防止しましょう。またウイルスは、症状が消えた後も3～7日間ほど便の中に排出されるため、感染に注意が必要です。

③食品からの感染を防ぐ

加熱して食べる食材は中心部までしっかりと火を通しましょう。

おう吐物などの処理

手袋、ガウン、マスクを着用して、おう吐物などをペーパータオル等で静かにふき取り、塩素消毒後（次亜塩素酸ナトリウムを薄めた消毒液）、水拭きをします。換気をしながら作業をすることも大切です。

詳しくはこちら

[「ノロウイルスリーフレット」](#)（厚生労働省）

