

うつらない、  
広げないための

## 予防対策 2

# 料理の心得

ノロウイルス対策のカギを握るのが、調理時の対応です。  
食品や調理器具の取り扱い、調理者の心がけ次第で、  
食中毒の発生や感染の広がり（二次感染）の様相が大きく変わってきます。

### 二枚貝、とくに カキの取り扱い

#### 【鮮度は関係ありません】

食中毒というと鮮度が落ちたものが原因というイメージが強いのですが、ノロウイルスに限ってはどんなに新鮮なカキでもウイルスが入り込んでいれば食中毒は起きます。

#### 【85度以上で1分は加熱を】

ノロウイルスは主にカキの内臓部（黒い部分）にたまります。この部分にしっかり火を通し（85度以上1分以上）、ウイルスを完全に殺しましょう。



### 調理器具の殺菌手順 ※ふきん等もこの手順での殺菌消毒が有効です。

十分な水で洗う



スポンジに中性洗剤をつけて洗う



十分な水で洗い流す



85度以上の熱湯で1分以上加熱

0.02%次亜塩素酸ナトリウムで浸すように拭く。  
10分後水洗い

乾燥後、保管



## 調理者の心得

### 【調理時の心得】

- 調理器具の使いまわしはしない。
  - ・いくらカキを加熱調理しても、下ごしらえで使った箸やまな板、包丁などにウイルスがついている可能性も。調理器具をわけるか、十分な洗浄、消毒を。
- 食品の盛り付け時は、使い捨ての手袋を使う。
  - ・サラダや和え物、刺し身など、加熱工程がない食べ物の盛り付け時は、要注意です。調理済みの食品を盛り付けるときも、手袋を忘れずに。
- 調理時も手洗いを徹底する。
  - ・調理前、トイレ後、食事・休憩後、下処理から調理工程に作業が移るとき、二枚貝を調理した後など、感染の可能性があるときは手洗いを。

### 【調理者の体調管理】

- 調理者自身の身を守ろう。
  - ・身の回りで感染が見られるときは、食べ残しには触れない。手袋を着用する。
  - ・自分が食べるときも、二枚貝の調理には用心を。
- もしも感染が疑われたら、広げない取り組みを。
  - ・下痢や嘔吐がおさまっても、1週間程度はウイルスが排せつされている可能性があります。しばらくの間は直接食品に触れないなど、配慮しましょう。

