



診療所だより ～やまゆりの風～ 『ノロウイルスについて』

毎年冬場に流行するノロウイルスによる感染性胃腸炎は、感染力が強いのが特徴です。
ご家庭内の感染を防ぐために、正しく学び感染を予防しましょう。

【感染の原因】

- ①ウイルスに汚染された二枚貝（カキ・アサリなど）を生または加熱不十分で食べた場合。
- ②感染者の便や嘔吐物、感染者の触れたドアノブや手すりなどを触ることによる感染。

【症 状】

- ・腹痛、下痢（水様便）、吐き気、嘔吐の症状が突然、強烈に起こるのが特徴です。
- ・潜伏期間は24～48時間です。

ノロウイルス対策

対策①手洗い→トイレに行ったあとや、調理・食事の前には必ずせっけんを使用し手洗いをしましょう。また指先、指の間、爪の間、親指の周り、手首などは洗い残しが多いので丁寧な手洗いがとても重要です。

対策②食 事→汚染のおそれがある二枚貝は中心部まで十分に火を通しましょう。

対策③消 毒→調理器具やフキン、スポンジなどは定期的に消毒しましょう。

【有効なもの】85℃以上で1分以上の加熱

次亜塩素酸ナトリウム溶液（塩素系漂白剤を水で薄めたもの）

※ノロウイルスにはアルコール消毒はあまり効果がありません。

次亜塩素酸ナトリウム溶液の作り方

消毒をする対象	消毒液の濃度	作 り 方
感染者が直接触れた場所・物（ドアや手すりなど）	0.02%	家庭用塩素系漂白剤10mℓ（濃度6%のもの）+水3ℓ
おう吐物、便などが直接付着した場所・物	0.1%	家庭用塩素系漂白剤50mℓ（濃度6%のもの）+水3ℓ



便や嘔吐物に含まれるウイルスは乾燥すると空気中に漂います。処理する場合は、手袋・マスクなど着用しましょう。

年末年始休診のお知らせ

12月30日(土)から1月6日(土)まで休診となります。
1月7日(日)は、日曜当番医
1月8日(月)は、祝日のため休診となります。

やまゆりクリニックからのお願い

3日以内に37.0℃以上の発熱または、風邪症状（喉の痛み・鼻水・鼻づまり・咳・関節痛・頭痛など）のある方は、来院される前に電話でご連絡をお願いします。

福島町国民健康保険診療所

やまゆりクリニック

◎内科・消化器内科・小児科／院長 光銭健三
☆専門外来 ピロリ菌外来・禁煙外来・認知症外来

診 療 案 内

診 療 時 間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30～11:45	●	●	●	●	●	▲
午後 1:00～5:00	●	●	●	訪問診療	●	-
5:00～6:30	-	●	-	-	-	-

※受付は、診療時間終了の30分前までです。

火曜日は夜間診療有
木曜日は12時まで診療
▲第2・4土曜日のみ診療

■お問い合わせ先
福島町字福島 139 番地 1
☎(0139) 47-3101