



診療所だより ～やまゆりの風～

「ノロウイルスに注意しましょう」

ノロウイルスは、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や、感染者のおう吐物や便などからの経口感染、感染した人から食品や調理器具を介してうつることがありますので、注意が必要です。

【ノロウイルスの特徴】

- ・感染力が強く、感染すると胃腸炎症状（吐き気・おう吐・下痢・腹痛など）がでます。
- ・潜伏期間は1～2日で、2～3日ほどで回復しますが、高齢者や乳幼児、抵抗力が弱っている方は重症化する場合があります。
- ・症状が治まってからも、しばらくの間ふん便などを通じて身体から排出されます。

感染者の便やおう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、使い捨てマスクや手袋、ガウンなどを着用し、二次感染を予防しましょう。



【ノロウイルス対策】

手洗い	調理の前後、食事前、トイレの後、帰宅後は、せっけんでよく洗い、流水で十分に流しましょう。※2度洗うと効果的です
食品にしっかり火を通しましょう	汚染のおそれがある二枚貝（カキ・アサリなど）は中心部まで十分に火を通しましょう。
人からの感染を防ごう	感染した人のふん便・おう吐物から二次感染や飛沫感染を予防しましょう。

- ノロウイルスにアルコール消毒はあまり効果がありません。
- 85℃以上で1分以上の加熱や、次亜塩素酸ナトリウム溶液での消毒が有効です。
- ノロウイルス感染が身近で起こったときには、食器や生活環境などの消毒を徹底しましょう。

【次亜塩素酸ナトリウム溶液の作り方】

次亜塩素酸ナトリウムを含む塩素系漂白剤（製品濃度約5%の場合）を水で薄めます

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%	水500mlに対して塩素系漂白剤をペットボトルのキャップ0.5杯弱（約2ml）
おう吐物、便などが直接付着した場所・物	0.1%	水500mlに対して塩素系漂白剤をペットボトルのキャップ2杯弱（約10ml）

※ペットボトルを利用して作る際は、誤飲に注意してください

※消毒液は使用時に希釈し、毎日交換してください。また、使用時は十分に換気を行ってください

インフルエンザワクチン 新型コロナウイルスワクチン 接種の予約を受け付けています

接種を希望される方は、**事前にお電話または
当院窓口でご予約をお願いいたします。**

やまゆりクリニックからのお願い

3日以内に37.0℃以上の発熱や風邪症状のある方は、来院される前にお電話でご連絡をお願いします。

1月診療日カレンダー

×…休診日、●…通常診療、▲…午前診療日
★…受付午後6時まで、○…日曜当番日

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1 ×	2 ×	3 ×
4 ×	5 ●	6 ★	7 ●	8 ▲	9 ●	10 ▲
11 ○	12 ×	13 ★	14 ●	15 ▲	16 ●	17 ×
18 ×	19 ●	20 ★	21 ●	22 ▲	23 ●	24 ▲
25 ×	26 ●	27 ★	28 ●	29 ▲	30 ●	31 ×

※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

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	●	-
午後 5:00～6:30	-	●	-	-	-	-