

ヘルシーな 健康応援 ナビ

NAVI



健康課
市役所内
☎23-3515 FAX 23-3810
あつみライフランド
☎33-0386 FAX 33-0319

冬場に流行する

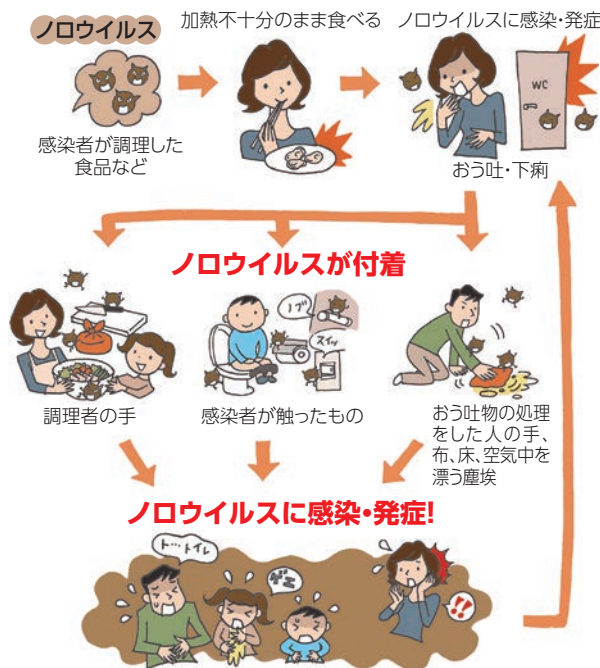
ノロウイルスを予防しよう

急性胃腸炎の多くはウイルス・細菌などによる感染を原因とする感染性胃腸炎と言われており、毎年秋から冬にかけて流行します。特にノロウイルスは、感染力が非常に強いウイルスです。そのため、人にうつさないためにも感染対策を徹底することが大切です。

ノロウイルスはどんなウイルス？

ノロウイルスは、小さいお子さんや高齢者までの幅広い年代に急性胃腸炎を引き起こすウイルスです。潜伏期間は1〜2日で、症状は個人差があり、軽い吐き気だけの人もいれば、おう吐、下痢、腹痛などの症状が出る人もいます。

また、小さいお子さんや高齢者は、おう吐による窒息や脱水症状を引き起こす可能性があります。ほとんどの人は2日間程度で治まりますが、



どうやってうつるの？

感染した人の便やおう吐物に含まれるウイルスは、次のような経路で他の人に感染します。

4週間にわたって便からウイルスを排出し続けるため、症状が治まってからも感染対策が必要です。

予防のポイント

予防のためには日々の健康管理や食材の十分な加熱、こまめな手洗いや消毒が必要です。ノロウイルスは、新型コロナウイルスよりアルコール消毒の効果が少ないため、トイレの後、調理や食事の前などは、必ずせっけんと流水で手を洗いましょう。

また、おう吐物には、家庭用の塩素系漂白剤（次亜塩素酸ナトリウム液）を使用し、しっかり消毒しましょう。

次亜塩素酸ナトリウム液の作り方

準備するもの：家庭用の塩素系漂白剤（次亜塩素酸ナトリウム濃度5〜6%）、水、バケツ、ペットボトルのキャップ

○おう吐物や便で汚れた場所（0.1%の液を使用）

【作り方】水500ml+漂白剤10ml（ペットボトルのキャップ2杯分）

○床やドアノブなどの日常的な消毒（0.02%の液を使用）

【作り方】水2ℓ+漂白剤10ml（ペットボトルのキャップ2杯分）

● 休日当直医

※当直医は変更になる場合がありますので、市役所へご確認の上、受診してください。市役所 ● ☎22-1111（代表）
また、各医療機関へ電話で受診方法を確認した後、受診してください

月 日	当直医	電話番号
12月5日(日)	あつみメディカルクリニック	☎24 - 2322
	ふくい眼科	☎22 - 5878
	なかた歯科	☎23 - 1162
12月12日(日)	菜の花内科クリニック	☎22 - 7777
	としま歯科	☎27 - 7707
12月19日(日)	昭和医院	☎32 - 3749
	小原歯科	☎25 - 1139
12月26日(日)	藤岡医院	☎32 - 1515
	まち眼科	☎22 - 2710
	鈴木歯科医院	☎32 - 0239

月 日	当直医	電話番号
12月29日(水)	藤井歯科医院	☎45 - 2123
12月30日(木)	仲谷歯科	☎23 - 2327
	河合医院	☎22 - 6133
12月31日(金)	おおかわ歯科	☎22 - 4182
	北山クリニック（農高前）	☎23 - 3946
1月1日(土・祝)	あおきファミリー歯科	☎32 - 2700
	朽名医院	☎33 - 0162
1月2日(日)	赤石歯科クリニック	☎23 - 7300
	国見医院	☎22 - 0756
1月3日(月)	すずき歯科	☎23 - 0033

診療時間 内科 ● 9:00〜17:00 / 歯科 ● 9:00〜12:00 診療時間以外は 渥美病院 ● ☎22-2131 お問い合わせの上、受診してください