

ノロウイルスの集団感染を予防するために

全国各地でノロウイルスの集団感染が発生しております。

本大会でも過去の教訓を生かして、以下の点に注意していただきながら円滑に大会を開催したいと思っております。ご協力よろしく申し上げます。

・・・ノロウイルスとは・・・

ノロウイルスとは、ウイルス性胃腸炎集団発生の病原因子となるウイルスのひとつで、平成15年までノーウォークウイルスと呼ばれていました。

ノロウイルスは、直径約3万分の1mmの極小球形ウイルスで、人の体内のみで増殖します。

ノロウイルスに感染すると、24～48時間の潜伏期間の後、主に嘔吐と激しい下痢症状をおこします。また、食欲不振、腹痛、発熱など風邪と良く似た症状も出ます。一般的に2～3日で回復しますが、回復後もしばらく便からウイルスの排出が続くので注意が必要です。

感染しても全員が発症するわけではなく、体調の良い人は発症しても風邪症状ですむ時もあります。

★ノロウイルスの感染経路

- ノロウイルスはカキなどの二枚貝やウイルスに汚染された食品を介して起こる食中毒感染と、患者さんの便や吐物から感染する感染症胃腸炎とがあります。
- ノロウイルスに感染した人の便や吐物を処理する際に手に付いたり、しぶきを吸ったりしてウイルスが口に入ることによって感染します。
- 直接、便や吐物に触れた自覚がなくても、知らないうちに手足についたウイルスが自然に口や鼻を介して感染することも考えられます。

例えば、ノロウイルスに感染し症状のある人がトイレで吐いたり下痢をしたりすると、目に見えなくても便器のまわりや、トイレのドアノブ、水洗レバー等が汚染されています。そのトイレでの手洗いが不十分であったり、水道栓に触れて感染することがあります。トイレで共有するスリッパや、シューズ等にウイルスをつけたまま体育館を利用することによって、汚染が広がり、他の大勢の人たちが感染する可能性があります。

★ノロウイルスの感染予防のために

☆ 無理のない遠征計画を ～監督の先生にお願い

練習試合等、過密なスケジュールにならないようご配慮下さい。また、毎朝の健康チェックもよろしく申し上げます。異常が発見された場合には、速やかに医師の診察を受けるとともに大会事務局担当者にご連絡ください。

☆ **まずは徹底した手洗いが大事！！** これが基本で一番です。

石鹼を使った十分な手洗いによりウイルスを洗い流してください。蛇口が自動でない時は、手はペーパータオルで良く拭き取り、そのペーパータオルで蛇口栓を閉めてください。トイレの後はもちろん、試合の後、食事の前も必ず実施してください。ウイルスは洗い流すのが一番です。

☆ **もし症状があったら ～ 直ぐに監督へ**

生徒のみなさんは、症状があった場合には直ぐに監督へ伝えること。

吐いたり、下痢をしたりなどの症状がでたら、我慢せずに早めに監督へお話ししてください。あまり激しい症状をおこさなくても、ウイルスに感染している可能性は考えられ、他の人へ移してしまうこともあります。

監督や責任者のかたは、生徒が症状を訴えたら、無理をさせず休ませるようにしてください。感染している場合は、症状が回復しても数日は便からウイルスの排出が続きます。

また、生徒の健康状態の把握に努められるようお願いします。

☆ **便や吐物の処理には細心の注意を！！**

便や吐物を処理する際には、マスク、手袋をしてペーパータオル等で拭き取ってください。拭き取ったものはきちんとまとめて、二重のビニール袋に入れ、廃棄してください。また、ぞうきん等を使った場合は、それが乾燥するとウイルスが空気中に漂ってしまうので、まとめて一緒に破棄してください。

拭き取った後、塩素系漂白剤等で床を消毒してください。処理を行った後は、手袋を使った場合でも、必ず十分な手洗いを徹底してください。

☆ **自衛対策もご検討ください。**

大会本部では、会場へ手洗い用石鹼、マスク、手袋、ペーパータオル等を配備いたします。しかし、遠征の途中や、思いがけない場所からの感染も考えられますので、

- ・手洗い用石鹼
- ・ウェットティッシュ
- ・ペーパータオル
- ・室内履きスリッパ(足の裏からの感染が心配されます)

等を、各学校でも準備し自衛対策をとって、ご協力いただきたいと思います。よろしく申し上げます。

※ これらの予防法はノロウイルスに限らず、他のウイルス性胃腸炎の予防にも有効なものです。