

健康と環境を守る

保健環境センターだより



冬はノロウイルスに注意!

微生物部

どんなウイルス?

ノロウイルスは、感染力が非常に強い、胃腸炎を引き起こすウイルスです。ウイルスが含まれた食品を食べたり(経口感染)、ウイルスがついたドアノブなどを触った手指を介したり(接触感染)、患者の嘔吐物や便などの飛沫を吸い込んだり(飛沫感染)、嘔吐物等の処理が不十分で空気中にホコリとなって浮遊するウイルスを吸い込んだり(空気感染)して感染します。ウイルスが少量でも感染するので、食中毒を起こしたり、保育所などで集団感染を起こすこともあります。

ノロウイルスなどを原因とした感染性胃腸炎が増加しているため、栃木県は2年ぶりに「栃木県ノロウイルス食中毒特別警戒情報」を発信して注意を呼びかけています。冬は特に、ノロウイルス感染症の対策が重要です。



ノロウイルス感染症の特徴

ノロウイルスによる感染症は1年中発生しますが、特に秋から春先に多く発生します。

主な症状はおう吐、下痢、腹痛で、人によって発熱や頭痛が起きることもあります。特効薬やワクチンはありません。通常は3日ほどで回復しますが、便へのウイルス排出は発症からしばらく続くこともあり、症状が治まっても周囲にウイルスをうつす危険があります。

家族がノロウイルスに感染してしまったら、感染を広げないために、正しい消毒を行うことが大切です。



感染予防と消毒



感染を予防するには、**石けんによる手洗いが最も有効な方法です**。特に、調理や食事の前、トイレに行った後には、必ず石けんで手を洗いましょう。

ノロウイルスの消毒には、**アルコールはあまり効果がありません**。市販の台所用塩素系漂白剤に含まれる**次亜塩素酸ナトリウム消毒液**が有効です。消毒の用途にあわせて濃度が0.1%や0.02%になるように水で薄めて使用します。消毒液はペットボトルとキャップを使って簡単に作れます。

台所用塩素系漂白剤(6%)を原液とした場合の作り方



～消毒の手順～

- ① 換気を行う(消毒処理中～処理後)。
- ② 床についた便やおう吐物は使い捨ての布やペーパータオルで外側から内側に、ウイルスを空中に飛ばさないように静かにふき取る。
- ③ ふき取ったものは、すぐにビニール袋の中に入れる。袋内に**0.1%次亜塩素酸ナトリウム**を染み込む程度入れて、密封して廃棄する。
- ④ 汚染された場所、家族がよく触る場所(蛇口、ドアノブ、手すり、電気のスイッチなど)を**0.02%次亜塩素酸ナトリウム**を浸した布などで消毒する。10分ほど放置してから水ふきする。

※ 時間が経つと効果が弱まるので、使用する時に作ります。



マイクロプラスチックを知ろう

～ 実は身近なマイクロプラスチック ～

化学部



マイクロプラスチックとは？

マイクロプラスチックとは、直径 5mm 以下の細かいプラスチック類の総称であり、元から小さかったもののほか、風雨や紫外線等によって細くなったものがあります。



マイクロプラスチックは、世界の海で確認されていて、海洋環境等への影響が懸念されています。

また、海域で問題になっているプラスチック類の多くは、陸上から海に出ていることが知られています。

県内河川の状況

化学部では、県内河川の「マイクロプラスチックを含む廃プラスチック類」に関する状況を把握し、排出抑制対策等の基礎資料とすることを目的として、宇都宮市の市街地を流れる田川において調査を行っています。

調査では、人が河川に入り、プランクトンネットという採取器具を用いて、河川水中の廃プラスチックを採取します。



試料採取の様子

調査の結果、全調査地点でマイクロプラスチックが確認され、上流の栃木県でも、マイクロプラスチック問題が他人ごとではないと分かりました。

調査で確認されたマイクロプラスチックは、ほとんどが2mm以下で、固くはなく、壊れやすい(もろい)ものであることから、何らかのプラスチック製品が風雨等で朽ちて細くなったものであろうと思われました。

また、素材は、一般的に多用されている「ポリエチレン」や「ポリプロピレン」が多くを占めていましたが、元の製品が何であるかは推測できませんでした。

調査についての詳細は、当所 HP 内の保健環境センター年報「県内の環境中に排出される廃プラスチックに関する調査」をぜひ御覧ください。



【 調査で確認されたマイクロプラスチックの例 】



私たちにできること

マイクロプラスチック削減のため、使い捨てプラスチック製品を減らす取り組みが進んでいます。

しかし、一番重要なことは、使用したプラスチック類を環境中に出さないことです。

「ポイ捨てをしない」、「ごみの飛散を防ぐ」ことはもちろんですが、見落としがちなのが「屋外で使用・保管しているプラスチック製品」です。

屋外では、風雨や紫外線等の影響を直接受けるため劣化しやすく、気付かないうちに破損して環境中に出て行ってしまふことがあります。



屋外で使用しているプラスチック製品が、飛ばされることはないか、もろくなっていないかを定期的に確認し、必要に応じて交換する等の対応を心がけ、マイクロプラスチックの発生源にならないようにしましょう。

雨や風で運ばれ川に入ったものは、最終的に海へと流れて行きます。上流の栃木県も、マイクロプラスチックの発生源になっています。身の回りを見渡し、破損や飛散に気をつけながら、プラスチックを上手に利用しましょう。

発行 栃木県保健環境センター
〒329-1196 宇都宮市下岡本町 2145-13
TEL : 028-673-9070
FAX : 028-673-9071
E-mail : kenkou-ko@pref.tochigi.lg.jp
〈栃木県保健環境センターホームページ〉
<https://www.pref.tochigi.lg.jp/e60/index.html>