

衛生委員会だより 2026年6月

～夏にもノロウイルスに注意～

ノロウイルスは冬季に限らず一年を通して存在します。

そして、冬季についてノロウイルス感染症の事例が多くなるのが、**夏場**です。

その原因として、夏場は暑さによって体力が消耗するため、身体の免疫力が下がり、感染症をかかりやすい状況にあることが挙げられます。

●潜伏期間

1～2日

●症状

強烈な吐き気、嘔吐、下痢といった症状が現れます。

(人によっては腹痛や頭痛、発熱、悪寒、咽頭痛、倦怠感をともなう)

1～2日続いたあと自然治癒します。



■対策

- ・暑さによるダメージを最小限に抑える。
- ・食事栄養バランスに気を付け、一日3食しっかり食べる

夏場は汗を大量にかくため、脱水症状を起こしやすい時期です。

ノロウイルスに感染し嘔吐や下痢の症状が激しい場合は、脱水症状を起こさないように

ミネラルや電解質を含んだ経口補水液やスポーツドリンクで、効率的に水分補給をしましょう。