

よしのだより

令和2年11月発行

奈良県吉野保健所

コロナに負けるな！

～With コロナ時代の感染対策のポイント～

新型コロナウイルスによる影響で大変な状況ですが、皆様いかがお過ごしですか？

冬は空気が乾燥し、体調も崩しやすく、感染症が気になる季節です。

感染症対策には『手洗い』『マスク着用』『換気』『3密を避ける』ことが大切です。

また、体温測定、風邪症状の確認も行い、**症状がある場合は、外出を自粛しましょう。**

しっかりと感染対策をして感染症を予防しましょう。



ウイルスを減らし感染予防をしましょう

石けんやハンドソープを使った丁寧な手洗いを！

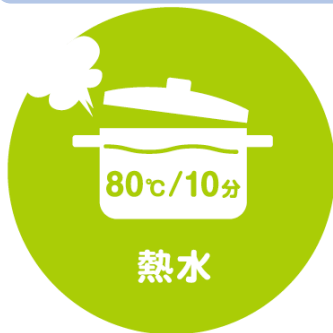
手洗いを丁寧に行うことで、十分にウイルスを除去できます。さらにアルコール消毒薬を使用する必要はありません。

手洗い		残存ウイルス
手洗いなし		約 100 万個
石けんや ハンドソープで 10秒もみ洗い後 流水で 15秒すすぐ	1回	約 0.01% (数百個)
	2回 繰り返す	約 0.0001% (数個)

(森功次他：感染症学雑誌、80:496-500,2006 から作成)



食器・手すり・ドアノブなど身近な物の消毒には、アルコールよりも、熱水や塩素系漂白剤、及び一部の洗剤が有効です。



食器や箸などは、80℃の熱水に10分間さらすと消毒ができます。

火傷に注意してください。



濃度 0.05% に薄めた上で、拭くと消毒ができます。

ハイター、ブリーチなど。



有効な界面活性剤が含まれる「家庭用洗剤」を使って消毒ができます。

0.05%以上の次亜塩素酸ナトリウム液の作り方

メーカー (五十音順)	商品名	作り方の例
花王	ハイター キッチンハイター	水 1L に本商品 25mL (商品付属のキャップ 1杯)* *次亜塩素酸ナトリウムは、一般的にゆっくりと分解し、濃度が低下していきます。購入から3ヶ月以内の場合は、水 1L に本商品 10ml (商品付属のキャップ 1/2杯) が目安です。
カネヨ石鹸	カネヨブリーチ カネヨキッチンブリーチ	水 1L に本商品 10mL (商品付属のキャップ 1/2杯)
ミツエイ	ブリーチ キッチンブリーチ	水 1L に本商品 10mL (商品付属のキャップ 1/2杯)

▽詳しくは下記をご覧ください▽

新型コロナウイルスの消毒・除菌方法について (厚生労働省・経済産業省・消費者庁特設ページ)

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsu/ite/bunya/syoudoku_00001.html

