

自宅などで人がよく触る場所は消毒しましょう

全国的に広がっている「新型コロナウイルス感染症」の拡大を防ぐためには、風邪やインフルエンザと同様に、まずは手洗いやうがいなどの励行が大切です。特に手にはウイルスが付着している可能性があるため、こまめにせっけんで手を洗い、ドアノブなど人がよく触る可能性がある箇所は重点的に消毒を行いましょう。消毒液は市販の「家庭用塩素系漂白剤」でも作ることができますので、下記を参考にしてください。

手で触れる場所は消毒しましょう

消毒する場所の例

- 消毒する場合は、ペーパータオルや使い捨ての布などに消毒液を浸して、よく拭き取りましょう
 - トイレや洗面所は通常の家庭用洗剤で洗い、消毒液でこまめに消毒しましょう
 - 作業中は窓などを開け、十分な換気を行ってください
 - 作業後は手指をしっかりと洗い、消毒用エタノールで消毒してください
- ※消毒液は必ず「使用上の注意」を確認してから使用してください。



ペットボトルを使った手作り消毒液の作り方

用意するもの



2 家庭用塩素系漂白剤を5ml（ペットボトルのキャップ1杯分）入れ、ペットボトルがいっぱいになるまで水を入れる
※漂白剤を使用するときは、ビニール手袋などを着用してください。

3 ペットボトルのキャップを閉め、よく振って混ぜ合わせる
※手作り消毒液を使用した後は、水拭きなどをしてください。
※消毒液は時間の経過とともに効果が減少しますので、こまめに作って使い切ってください。

1 空のペットボトルに水を半分ほど入れる
※ペットボトルはよく洗ったものを使用してください。

水は半分程度

※誤って飲まないようにペットボトルには「消毒液」「飲用不可」と表示し、取り扱いには注意してください。

問い合わせ 生活衛生課 ☎ 24-1111

感染症対策へのご協力をお願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

① 手洗い 正しい手の洗い方

手洗いの前に
・爪は短く切っておきましょう
・時計や指輪は外しておきましょう

- 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。
- 手の甲をのぼすようにこすります。
- 指先・爪の間を念入りにこすります。
- 指の間を洗います。
- 親指と手のひらをねじり洗いします。
- 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

② 咳エチケット 3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まるところでやろう

マスクがない時
どっさの時

何もせずに咳やくしゃみをする
咳やくしゃみを手でおさえる
マスクを着用する（口・鼻を覆う）
ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う
袖で口・鼻を覆う

正しいマスクの着用

- 鼻と口の両方を確実に覆う
- ゴムひもを耳にかける
- 隙間がないよう鼻まで覆う

首相官邸 Prime Minister's Office of Japan
厚生労働省 Ministry of Health, Labour and Welfare
厚労省 検索

問い合わせ 健康づくり課 ☎ 24-1111