

地域のみなさんの健康と暮らしに役立つ情報紙

## ◆家庭、学校、事業所等における新型コロナウイルスに対する環境および物品への消毒について

※新型コロナウイルス感染症患者(疑い患者)を認めた場合もしくは当該患者が滞在していた場合の消毒や洗濯・洗浄

- 新型コロナウイルスに対して、家庭で実施できる消毒方法として下の3つがあります。
  1. 80℃、10分の熱水洗濯
  2. 0.05-0.1%次亜塩素酸ナトリウム液による清拭もしくは浸漬
  3. 消毒用エタノールによる清拭
- 衣類や食器等の洗剤と流水で洗浄かつ完全に乾燥させることができる物品は、汚れの有無にかかわらず消毒は必須ではありません。患者と他者が利用した衣類等を区別することなく、通常どおり洗濯・洗浄します。
- 人が直接触れることがない場所(床および天井等)への消毒は不要です。
- 本ウィルスが室内空間に長時間浮遊する可能性は低いため、空間の消毒は不要です。

### 簡単な消毒用次亜塩素酸ナトリウム液の作り方

1. 家庭用塩素系漂白剤を用いる。
2. 人が触る場所に利用する消毒液 【1杯消毒液】  
500mlペットボトルを用意し、ペットボトルのキャップ1杯分(5ml)の家庭用塩素系漂白剤をペットボトルに入れ、ペットボトルを水道水で一杯にして完成です。
3. 血液、嘔吐物や便等で汚れた場合の消毒液 【2杯消毒液】  
500mlペットボトルを用意し、ペットボトルのキャップ2杯分(10ml)の家庭用塩素系漂白剤をペットボトルに入れ、ペットボトルを水道水で一杯にして完成です。

### <注意点>

1. 消毒液への直接接触を避けるために、ビニール手袋等を利用してください。
2. 衣類やリネン等の洗濯は通常どおりでかまいません。衣類等へ家庭用塩素系漂白剤を用いた消毒液を利用する際は、漂白作用があることを前提としてください。
3. 腐食作用があるため、金属類へ利用する場合は、消毒後5-10分後に水拭きすることをお勧めします。
4. 換気しながら消毒液の調製および消毒をしてください。
5. 家庭用塩素系漂白剤を用いた消毒液は、時間の経過とともに消毒効果が低下します。必要量を調製し、保管しないでください。

## 消毒の具体的な方法について

### <患者が接触した場所>

1. 患者が利用した場所のうち、患者が手で接触した場所（例えば、ドアノブ、照明スイッチ類、手すり、トイレの流水レバー、冷蔵庫の取っ手等）を消毒します。
2. 【1杯消毒液】を浸した布もしくはペーパータオルを用いて清拭して下さい。
3. 疑い患者が自宅で療養する際は、1日に1回以上の頻度で接触した場所を消毒してください。

### <患者の血液、嘔吐物や便等で汚れた場所>

流水により洗い流せない物品（例えば机）や場所（例えば廊下）が、患者の血液、嘔吐物や便等で汚れた場合は、はじめに、水拭きにより汚れを除去してください。次に、【2杯消毒液】を浸した布もしくはペーパータオルを用いて清拭して下さい。

### <衣類やリネン類>

血液、嘔吐物や便等による汚れの有無にかかわらず、通常どおり他の衣類と併せて洗濯し、完全に乾燥させて下さい。念のために消毒する場合は、汚れを落とした後に、【2杯消毒液】への30分浸漬もしくは80℃10分の熱水洗濯を行ってください。

## 消毒時の留意点について

### <消毒時の防護具について>

- 使い捨てのゴム手袋もしくはビニール手袋
- サージカルマスク



### <消毒に用いた物品の廃棄について>

- 汚れの有無にかかわらず、ビニール袋で密閉し、一般廃棄物として廃棄してください。

### <手洗いの実施>

- 消毒を終えた後は、直ちに液体石鹸と水道水による手洗いもしくは消毒用アルコールを用いた手洗いを実施してください。

以下は、次亜塩素酸ナトリウムを主成分とする製品の例です。  
商品によって濃度が異なりますので、以下を参考に薄めてください。

メーカー (五十音順)	商品名	作り方の例
花王	ハイター	水1Lに本商品 25mL (商品付属のキャップ1杯)
	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)
カネヨ石鹸	カネヨブリーチ	水1Lに本商品 10mL (商品付属のキャップ1/2杯)
	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	水1Lに本商品 10mL (商品付属のキャップ1/2杯)
	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)

#### 【注意】

- 使用にあたっては、商品パッケージやHPの説明をご確認ください。
- 上記のほかにも、次亜塩素酸ナトリウムを成分とする商品は多数あります。表に無い場合、商品パッケージやHPの説明にしたがってご使用ください。

参考: 滋賀県ホームページ

「家庭、学校、事業所等における新型コロナウイルスに対する環境および物品への消毒について」

URL: <https://www.pref.shiga.lg.jp/ippan/kenkouiryouhukushi/yakuzi/311496.html>

## 新型コロナウイルス感染症について



### <新型コロナウイルス感染症の感染経路>

新型コロナウイルスは、目・鼻・口の粘膜から感染します。運ぶのは手です。感染ルートとして考えられているのは「飛沫感染」と「接触感染」の2つです。

「飛沫感染」：会話や咳によりウイルスを含む唾液が飛び、それを吸い込むことで感染します。  
(くしゃみや、歌唱でも飛沫は飛びます)



「接触感染」：手指に付着したウイルスが目や鼻、口を触ることで、粘膜から体内に入ることによって感染します。



### <感染可能期間は>

熱や咳など症状が出る2日前から発症後 10 日間程度、特に症状出現の2日ほど前から症状出現直後にかけて感染力が高くなります。

### <濃厚接触者とは>

- ・ 患者と同居あるいは長時間の接触（車内、航空機内等）があった方。
  - ・ マスクなどをしないで、手で触れることのできる距離（目安として1メートル）で、患者と15分以上の接触があった方等。
- ※保健所による聞き取り等により、個々の状況から総合的に判断します。

### <感染予防策>

- ・ 三密（密閉、密集、密接）を避け、適度な換気、手洗い、手指消毒、マスクの着用、唾液が飛び交う行為を避ける、1 m（できれば2 m）の身体的距離を保つ、毎日の健康管理などに注意をしましょう。

## 感染症予防の好事例紹介

県内の企業で実際に行われている感染症予防対策のための工夫を、「食事」・「換気」の二つのテーマに絞ってご紹介します。

### <「食事」に関する好事例>

勤務中はマスク着用を徹底していても、食事をする際にはどうしてもマスクを外す時間が長くなるため、感染のリスクが高くなります。そのため、以下のような工夫を行っている事業所があります。

- ・ 食堂利用の時間帯を3班制に分けている。
- ・ 食堂の席を間引きしてソーシャルディスタンスを確保している。
- ・ 食堂の席の向きを一定にして、お互いに向き合わないようになっている。
- ・ 食事中の会話を禁止し、食後 15 分以上上座らないようになっている。



### <「換気」に関する好事例>

定期的な換気は感染リスクを下げるために効果的な対策です。換気をしっかりと定期的かつ効果的に行うために以下のような工夫を行っている事業所があります。

- ・ 職場の換気は、時間と当番をしっかりと決めて、1回 10分程度行っている。
- ・ 職場の換気回数は、部屋の容量に応じて設定している。
- ・ 会議室の扉は常時解放し、サーキュレーターで空気が入れ替わるようになっている。



# 飲食店ができる新型コロナウイルス感染症防止対策

## ウイルスを店内へ持ち込まないために

### ○スタッフの体調管理

- ・発熱、せき、ノドの痛みなど風邪の症状があるときは勤務しない。
- ・出勤前に体温を測定し、体調と併せて記帳する。
- ・くしゃみ、せき、会話などにより飛び出る
- ・飛沫を防ぐためマスクを着用する。
- ・頻繁かつ適切な手洗いを徹底する。

### ○利用客への周知

- ・発熱、せきなどの症状があるときは入店をお断りさせていただき旨を掲示する。
- ・入店時の手指消毒について掲示し、消毒用アルコール等を用意する。
- ・食事中以外はマスク着用をお願いする旨を掲示する



## 料理の提供のときのポイント

### ○注文時は間隔を保つ

- ・カウンターで注文を受けるときは正面に立たないよう注意する。
- ・テーブルで注文を受けるときは側面に立ち、可能な範囲で間隔を保つ。

### ○料理への飛沫を防止する

- ・大皿は避けて料理は個々に提供するまたはスタッフが取り分ける。
- ・ピュッフェやサラダバーなどでは食品等をカバーするまたはスタッフが取り分ける。

### ○共用を避ける

- ・卓上に調味料や冷水ポット等を置かないようにする
- ・トング等は頻繁に消毒または交換する。

## 「3密」(密閉・密集・密接)を防止する

### ○離れて座ってもらう

- ・ソーシャルディスタンスを保つようグループや利用者同士の間隔をあけて案内する。
- ・テーブルは、パーティションで区切るか、できるだけ2m（最低1m）以上間隔をあけて横並びで座れるよう配置する。
- ・真正面の配置を避けるか、テーブル上に区切りのパーティションを設置する。

### ○離れて並んでもらう

- ・順番待ちなどがある場合は、床に待機場所の印となるテープを貼るなどできるだけ2m（最低1m）の間隔を確保する。

### ○換気を行う

- ・エアコン使用時も、窓やドアの定期的な開放、換気扇の常用など徹底した換気を行う。
- ・可能であれば2方向の窓を同時に開ける。



## 店内の消毒

### ○共用部を消毒する

- ・ドアノブ、券売機、ドリンクコーナーなど多数の人が触れる箇所は定期的に消毒する。

### ○利用者の入れ替え毎に消毒する

- ・テーブル、イス、メニュー、タッチパネル、卓上ベル等は入れ替わりの都度、消毒する。

### ○消毒薬について

- ・消毒用アルコールが入手できない場合は、工業用アルコールや酒類で濃度が原則70～80%の範囲内のもの（それも入手困難な場合は60%台のもの）を使用する。（ただし、メタノールを含まないこと）
- ・施設設備や機械器具は、次亜塩素酸ナトリウム（0.05%以上）、熱湯蒸気等により消毒を行うことも可能。



編集  
後記

- 感染症予防の基本は「手洗い」と「咳エチケット」です。また、規則正しい生活で、ご自身の抵抗力を落とさないようにしてください。
- Withコロナ時代の基本的な心構えとして、感染者がいることを前提に、広げないための対策を考えることが重要です。