

新型コロナウイルス 家庭内や職場での感染予防のために 環境や物品の消毒・清掃を行いましょう

令和4年2月9日作成

1 消毒する場所

手でよく触れる共有部分・場所



自宅	居間 食事部屋	ドアノブ、照明などのスイッチ、机、いすの背もたれ、パソコンのキーボードやマウス、小児玩具、家電のリモコン、手すり など
	台所 トイレ等	水道の蛇口、シャワーヘッド、浴槽、水洗便器と流水レバー、便座とフタ など
職場 集合住宅	共有部分	エレベーターやオートロックなどのボタン、ドアノブ、照明などのスイッチ、共有のトイレや洗面所の蛇口、手すり など

2 消毒方法

用意するもの



□消毒液（70%以上の消毒用アルコール、0.05%次亜塩素酸ナトリウムなど）

次亜塩素酸ナトリウムを含む商品例：ハイター、ブリーチ、ピューラックスなど ※作り方は裏面

□使い捨て手袋 □マスク □ごみを入れるビニール袋 □ゴーグル

□清潔な乾いた布(ぞうきんやペーパータオルなど)←使用後に破棄します

※吐しゃ物を処理する場合:0.1%次亜塩素酸ナトリウム、使い捨ての手袋2重・マスク・エプロン、ゴーグル

環境や物品の消毒の流れ

①使い捨て手袋を着用する

・マスクやゴーグルなども合わせて着用しましょう。

②窓を開け、換気をよくする

③消毒場所が汚れている場合や濡れている場合は、まず汚れや水分を拭き取る

④清潔な乾いた布(ぞうきんなど)に消毒液を浸し、よく絞って消毒場所を拭く

・ぐるぐる回すように素早く拭き取ると、拭き残りが出て菌を広げるので、一方向に拭き取りましょう。

・霧吹き(スプレー)で散布しないでください。ウイルスが飛散する恐れがあるだけでなく、吸い込んでしまうと健康被害につながる可能性があります。

・次亜塩素酸ナトリウムには漂白作用があり、カーペットなど色付きの繊維は色落ちする恐れがあります。

・アルコールの場合、革製品やニス、ワックスが塗ってあるものなど、素材によって変色等する恐れがあります。また、引火性が強いので火気に十分注意してください。

⑤消毒液に次亜塩素酸ナトリウムを使用した場合、消毒後10分程度経ったら水拭きする

・次亜塩素酸ナトリウムには腐食作用があり、拭いた場所がさびる恐れがあるため、水拭きをしましょう。

⑥使用したぞうきんや手袋などをごみ袋に入れて捨てる

・ごみに直接接触することのないようしっかりしばり、ごみが外の袋に触れた場合は二重にごみ袋に入れましょう。

⑦消毒の作業後は石けんでしっかり手を洗う



3 新型コロナウイルス感染症が疑われる方、療養中の方がいる場合の生活空間

- ・同居する方との接触を最小限に抑えるため、生活空間を分けて、原則個室にしてください。
- ・個室が確保できない場合は、同じ部屋で過ごす方は全員がマスクを着用し、十分な換気を行ってください。

4 清掃について



環境・物品	清掃・消毒方法	新型コロナウイルス感染症が疑われる方・療養中の方がいる場合
手でよく触れる部分	・表面の「消毒する場所」、「環境や物品の消毒の流れ」を参考に拭き取る。	療養者が触れる物の表面は1日1回以上拭き取りを行う。
リネン衣類	・通常の洗濯用洗剤で洗濯し、しっかりと乾燥させる。 ・洗濯表示に記載されている上限の温度での洗濯、乾燥が望ましい。	・リネン類は療養者と同居の方とは別にして共用しない。 特に洗面所やトイレのタオルの共用に注意する。 ・療養者の使用した物と分けて洗う必要はない。 ・療養者の体液(下痢・嘔吐など)がついている可能性がある場合は、80℃・10分以上の熱湯消毒してから通常の洗濯を行う。
食器類	・通常の食器用洗剤で洗浄する。 ・気になる場合は、熱湯あるいは消毒液に10分以上浸した後、通常の洗浄を行う。	・食器類は療養者と同居の方とは別にして共用しない。 ・療養者の使用した物と分けて洗う必要はない。
浴室 トイレ	・通常の住居用洗剤で清掃する。 ・気になる場合は表面の「環境や物品の消毒の流れ」を参考に拭き取る。	・共用する場合は療養者と利用する時間帯を分け、十分な清掃と換気を行う。 【浴室】療養者は最後に入浴する。使用後は浴室の内部をシャワーで洗い流し、窓を開けて換気を行う。 【トイレ】療養者の使用後は、手のよく触れる部分を住居用洗剤や消毒液で拭き取る。
ごみ類	_____	療養者の療養期間中のごみ(鼻をかんだティッシュなど)は、厳重に密閉し、3日間家で保管した後、一般ごみとして廃棄する。
吐しゃ物が付着した床など	・使い捨て手袋を2重にし、使い捨てマスク・エプロン、ゴーグルを着用する。換気を十分に作る。 ・吐しゃ物は使い捨ての布などで、外側から内側に向け、拭き取り面を折りたたみながら静かに拭き取る。 ・吐しゃ物の付着した床とその周囲は、0.1%次亜塩素酸ナトリウムを染みこませた布などで覆うか、浸すようにして拭く。拭き取って10分程度経ったら水拭きをする。 ・手袋やマスク、エプロンの表面に直接手が触れないようにゴミ袋に入れ処分する。手洗いをを行う。	

5 参考《希釈した次亜塩素酸ナトリウムの作り方》

0.05%の場合



500mlのペットボトルに水道水を入れ、ペットボトルのキャップ1杯分(5ml)の次亜塩素酸ナトリウムを入れる

0.1%の場合



500mlのペットボトルに水道水を入れ、ペットボトルのキャップ2杯分(10ml)の次亜塩素酸ナトリウムを入れる



注意すること

- ・皮膚に対する刺激が強いため、手指の消毒には使用できません。
- ・有毒ガスが発生するため、酸性のものと混ぜて使用しないでください。
- ・使用の際は各商品の「使用上の注意」を確認してください。
- ・ペットボトルに入れるときは、容器に目立つように薬品名や濃度を記入し、誤飲しないように注意してください。
- ・薄めた次亜塩素酸ナトリウムは時間が経つにつれて効果が弱くなりますので、作り置きはせず、その都度使い切るようにしましょう。