

【新型コロナウイルス感染症の感染対策】

いったん家を出ると、エレベーターのボタンやドアノブ、電車やバスの吊革など、不特定多数の人が触れているものに接触する機会がたくさんあります。普段の生活で気を付けるべきポイントは3つです。



手洗い



アルコールで
手指消毒

1. 手洗い

手洗いは他の感染症においても最も重要な対策です。ウイルスがついているかもしれない手で目・鼻・口などに触れると、そこから感染する可能性があります。外から帰った時や食事の前、せきやくしゃみを手で押さえた時など、こまめに手洗いを行いましょう。アルコールによる手指消毒も効果があります。



悪い例



良い例

2. 咳エチケット

せきやくしゃみのしぶきの中にウイルスがいます。せきやくしゃみが出る時はマスクを着け、しぶきをまき散らさないことが大切です。マスクがない場合は、ハンカチやティッシュなどで口を覆い、周りにしぶきを飛ばさないようにしましょう。

3. 環境整備・換気

アルコールや抗ウイルス作用がある消毒剤を含んだクロスやキッチンペーパーなどで、日常的によく触れるところを拭き掃除します。環境表面の消毒には次亜塩素酸ナトリウム(塩素系漂白剤)を薄めて使用することもできます。次亜塩素酸ナトリウムで拭いた後は、10分ほどして水拭きが必要です。消毒薬を使用する時は、必ず窓を開けて換気をすること、次亜塩素酸ナトリウムは直接皮膚につかないよう手袋をして取り扱しましょう。