



## 新型コロナウイルス感染防止対策【消毒について】



消毒や除菌効果をうたう商品は、  
目的に合ったものを正しく選びましょう。



### ①手指のウイルス対策



#### 石鹸またはハンドソープ

丁寧な手洗いを行うことで、十分にウイルスを除去できます。さらに消毒剤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	約 0.01% (数百個)
2 回繰り返す	約 0.0001% (数個)

(原田次徳：感染症学雑誌、90:496-500,2006 から作成)



#### 消毒用エタノール（濃度 70～90%）

90%以上の高い濃度のエタノール（無水エタノールなど）を消毒として使用すると70～90%に薄めたものより、殺菌消毒効果が弱くなるといわれています。

### ②物品のウイルス対策 (テーブル、ドアノブなど)



#### 塩素系漂白剤 (次亜塩素酸ナトリウム)

濃度 0.05% に薄めた上で拭くと消毒ができます。

詳しい情報は  
コチラ↓



#### 家庭用洗剤

住宅家具用洗剤：製品記載の使用方法に従ってそのまま使用します。  
台所用洗剤：薄めて使用します。

詳しい情報は  
コチラ↓



### ③空間のウイルス対策



#### 定期的に換気して下さい 冬の換気のポイント

①急に温度が下がりにすぎないように、2段階換気を行う。



外気を隣室などに取り込んでから徐々に居室に移すようにすれば、直接居室に外気を取り込むより室温を急激に下げずに換気できる

- ②窓を全開にせず 2カ所以上少し開ける。(できれば対角線上がより効果的です。)
- ③「加温」18℃以上、「加湿」40%以上を保つ。

注) まわりに人がいる中で、消毒や除菌効果をうたう商品を空間噴霧することは推奨されていません。



### 雑学 コーナー

「次亜塩素酸水」は「次亜塩素酸ナトリウム」とは異なります。食塩水を電気分解して生成され、食品添加物（殺菌料）として食品加工工場において野菜などの洗浄に使われています。保存状態次第では時間と共に急速に効果がなくなります。

