

新型コロナウイルス 正しく知って、予防しましょう ～手洗いと消毒について～

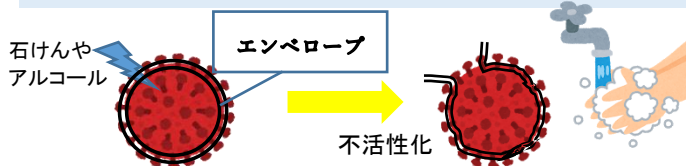
熊野市健康・長寿課 令和2年5月7日作成

コロナウイルスは石けんやアルコールに弱い

新型コロナウイルスをはじめ、SARS や MERS というコロナウイルスの特性として、ウイルスの表面が脂質の膜(エンベロープ)で覆われており、その脂質の膜を破壊することでウイルスを不活性化させます。

アルコールや石けん(界面活性剤)は、脂質の膜(エンベロープ)を破壊することができます。

家庭用の石けんやハンドソープで 10 秒もみ洗いの後、流水で 15 秒すすぐだけで十分にウイルスを除去できます。念入りな手洗いの後に、アルコール消毒液で消毒する必要はありません。もし、手洗いができない環境であれば、アルコール消毒液での手指消毒は有効です。



感染経路は飛沫感染と接触感染

新型コロナウイルスは、感染した人の咳やくしゃみから出るつばや鼻水、便からも排出されます。

感染した人が咳やくしゃみを手で押さえた後、その手で周りのものに触れるとウイルスがつき、別の人がその物に触ってウイルスがついた手で口や鼻を触って粘膜から感染します。

外出先では、不特定多数の人が触れた物に触れることがありますので、帰宅したらすぐに石けんで手洗いをしましょう。

また、外出先でも家庭でも、食事の前やトイレの後は念入りに手洗いをしましょう。



家庭内や職場内では、接触するところの消毒を

新型コロナウイルス感染症は、家庭内での感染が多くみられます。もし、家庭や職場で新型コロナウイルス感染症への感染の疑いや、感染が確認された人がいる場合は、共有する物や場所の消毒をしましょう。

種類	濃度	方法	場所・物	注意点
アルコール消毒液	エタノール 70%～80%程度	使い捨ての布やキッチンペーパー等に染み込ませ、丁寧に拭き取る	ドアノブ、スイッチ、リモコン、引き出しの取手、筆記用具、パソコンキーボードなど通常使用で手指が触れる範囲	・エタノールは引火性が強いので、火気の近くや直射日光のあたる場所に置かない。
次亜塩素酸 ナトリウム (家庭用塩素系漂白剤:キッチンハイターやブリーチなど)	製品によって違うが 5～6%	水で0.05%(100倍)に薄めて、使い捨ての布やキッチンペーパー等に染み込ませ、丁寧に拭き取る【作り方①】	トイレの便器の蓋、便座、レバー、スイッチ、洗面台、カランなど	・手指消毒には絶対に使わない。 ・絶対に噴霧はしない。 ・手袋やマスクをして、換気を行いながら作業する。
		水で0.1%(50倍)に薄めて、使い捨ての布やキッチンペーパー等に染み込ませ、丁寧に拭き取る【作り方②】		・拭き取る場所の変色や金属が錆びることがあるので、気になる場合は拭き取りの5分後に水拭きする。 ・開封後3年以上経っている液は濃度が低下しているため、効果が期待できない。
熱水	—	水を80℃の熱水にして、その中に消毒したいものを10分間入れる	食器、箸、リネン、衣類など	・やけどに注意する。

＜次亜塩素酸ナトリウム消毒液の作り方＞ ※市販されている塩素系漂白剤の次亜塩素酸ナトリウム濃度5%として

- 一般的な部分の消毒(0.05%)・・・500mlのペットボトルに通常飲料が入っている程度の水とペットボトルキャップ1杯分(5ml)の漂白剤を入れる。
- トイレや洗面所の消毒(0.1%)・・・500mlのペットボトルに通常飲料が入っている程度の水とペットボトルキャップ2杯分(10ml)の漂白剤を入れる。



注意) ペットボトルで消毒液を作った場合は、子どもや高齢者等の誤飲を防ぐため、ペットボトルのまま放置をせず、バケツ等の容器に移して使うようにしてください