

身のまわいを清潔に！消毒時の注意点

新型コロナウイルスの感染症対策として、こまめな手洗いや身の回りの物品消毒が基本の一つとなってきます。ハンドソープや消毒剤などは**チェックポイント**をしっかり抑えた上で、目的に合ったものを正しく選び、活用するようにしましょう！



消毒や除菌効果をうたう商品のチェックポイント

1. 使用方法 2. 有効成分 3. 濃度 4. 使用期限

※商品購入の際には、必ずこの4点をチェックしましょう！



まめに手洗い！

手指のウイルス対策

こまめな手洗いを心がけましょう！

石けんやハンドソープを使った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。さらに消毒剤等を使用する必要はありません。

物品のウイルス対策

身近な物品の消毒もお忘れなく！

スマートフォン、パソコン、テーブル、などの身近な物の消毒には、アルコール、塩素系漂白剤や、一部の家庭用洗剤等が有効です。



まめに消毒！



まめに換気！

空間のウイルス対策

定期的な換気を意識しましょう！

換気は十分に行いつつ、まわりに人がいる中での消毒や、除菌効果をうたう商品を空間噴霧することは、避けるよう注意しましょう。

食器・手すり・ドア/フなど身近な物の消毒には、アルコールよりも熱水や塩素系漂白剤、及び一部の洗剤が有効です！



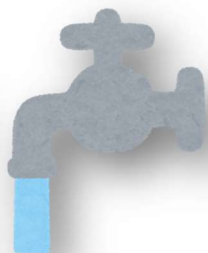
熱水・煮沸

食器や箸などは、80℃の熱水に10分間さらすと消毒ができます。



家庭用洗剤

有効な界面活性剤が含まれる「家庭用洗剤」を使って消毒ができます。



塩素系洗剤(ハイター、ブリーチなど)

濃度 0.05% に薄めた上で拭くと、消毒ができます。
 ※目や肌への影響がありますので、取り扱いには十分な注意が必要です。
 ※必ず製品の注意事項をご確認ください。
 ※金属は腐食することがあります。

0.05%以上の次亜塩素酸ナトリウム液の作り方

メーカー (五十音順)	商品名	作り方の例
花王	ハイター 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) ※次亜塩素酸ナトリウムは、一般的にゆっくりと分解し、濃度が低下していきます。購入から 3 ヶ月以内の場合は、水 1L に本商品 10mL (商品付属のキャップ 1/2 杯) が目安です。
カネヨ石鹸	カネヨブリーチ 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 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)

※商品によって濃度が異なりますので、上記を参考に薄めてください。
 ※上記の他にも、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。

作成：関東信越税理士国民健康保険組合
 さいたま市大宮区桜木町 4-376-1
 TEL:048-631-2211 FAX:048-644-3030



こちらのQRコードをスマートフォンで読み込むと組合HPへアクセスできます。

参考：厚生労働省