

2. 感染を防ぐには

3 接触感染のイメージ②

接触感染するリスクが高い行動 (手から目・鼻・口へ)



無意識に目・鼻・口を触る



※人は、1時間に平均23回も、無意識に顔を触っているといわれています。

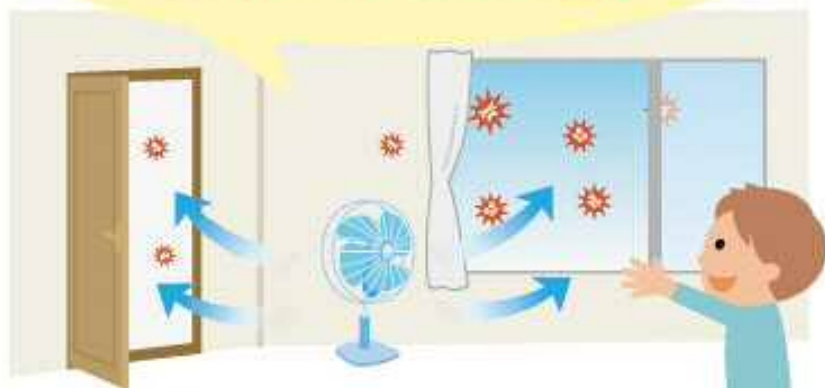
2. 感染を防ぐには

4 感染防止対策(飛沫感染)

3密(密閉・密集・密接)を避ける

ゼロ密を目指しましょう。
屋外でも密集・密接には要注意!

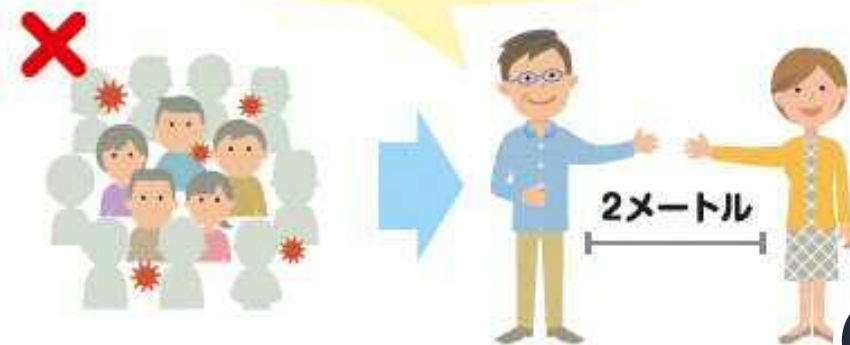
窓やドアを開け
こまめに換気を!



会話をするときは
マスクをつけましょう!



他の人と
十分な距離を取る!



2. 感染を防ぐには

4 感染防止対策(接触感染)

①手洗い



手洗いを丁寧にを行うことで、十分にウイルスを除去できます。

※手洗いがすぐに出来ない状況では、アルコール消毒液も有効です。

手洗い		残存ウイルス
手洗いなし		約 100 万个
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	1 回	約 0.01% (数百個)
	2 回 繰り返す	約 0.0001% (数個)

(森功次他：感染症学雑誌、80:496-500,2006 から作成)

【出典】新型コロナウイルス対策ポスター「身のまわりを清潔にしましょう。」(厚生労働省・経済産業省・消費者庁)等を基に北海道作成

2. 感染を防ぐには

4 感染防止対策(接触感染)

※下記のほか、アルコール消毒液による消毒も有効です。

②消毒・除菌 (食器・手すり・ドアノブなど身近な物)



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。火傷に注意してください。



水で濃度0.05%に薄めた上で、拭くと消毒ができます。

ハイター、ブリーチなど。裏面に作り方を表示しています。

※目や肌への影響があり、取り扱いには十分注意が必要です。
※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。



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。

NITE ウェブサイトで製品リストを公開しています。

[NITE 洗剤リスト](#) [検索](#)

[こちらをクリック](#)



【出典】新型コロナウイルス対策ポスター「身のまわりを清潔にしましょう。」(厚生労働省・経済産業省・消費者庁)等を基に北海道作成