



保健室だより

平成 23 年 1 月発行

大正大学保健室

新年がスタートしました！！先月号では、『ノロウィルス』の特徴や発生状況、予防策を特集しました。今月も引き続き『ノロウィルス』の対策について、詳しく特集していきます。

●手洗いは感染予防の基本です！

★チェック★

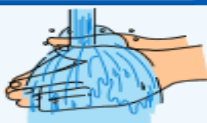
爪は短く切っていますか？

時計や指輪をはずしていますか？

手洗い手順

① ～ ⑦ を 2 回くり返す

①



まず流水で汚れを落とす。

②



石けん液を取り、よく泡立てる。

③



手の平、手の甲、指の間を両手を組むようにしてもみ洗う。

④



親指を片方の手で包み込んで洗い、指先で手の平をもみ洗う。

⑤



手首をつかんでもみ洗う。

⑥



つめブラシを使って爪の間をブラッシングする。

⑦



流水でよくすすぐ。

⑧



ペーパータオルで水気をしっかり取る。

⑨



指先を立ててアルコールを噴霧し、両手にすりこむ。

★チェック★

汚れが残りやすいところです。

特に注意して洗いましょう。

- 指先や爪の間
- 指の間
- 親指の周り
- 手首
- 手のしわ



© SARAYA CO., LTD.

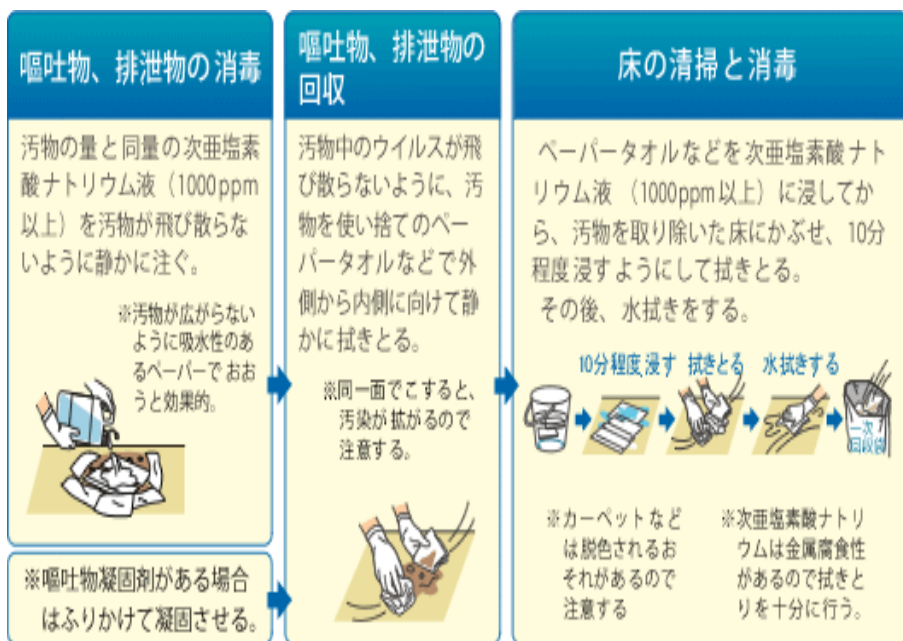
●汚物の処理は適切・迅速に！

嘔吐物や排泄物中には、ノロウィルスが大量に排出されます。
適切・迅速な汚物の処理が重要です。また、処理を担当する人以外は、
嘔吐物等に近づかないようにしましょう。(3 m 以内に近づかない)

処理後は、手洗い・換気を十分に行いましょう。

【準備するもの】

使い捨て手袋 使い捨てマスク 使い捨てエプロン バケツ 新聞紙 ポリ袋 拭き取るためのペーパータオル
5～6%次亜塩素酸ナトリウム液（希釈前）



★チェック★

家庭内での消毒液（嘔吐物・便の処理用）のつくりかた。

【ペットボトルを使った消毒液の作り方】

- ① 500mlのペットボトルを用意します。
- ② 家庭用塩素系漂白剤をペットボトルのふた2杯分（約10ml）ペットボトルに入れ、水を満たせば

0.1%（1000ppm）の塩素濃度の消毒液ができます。

出典：東京都感染症情報センター

