

# 新型コロナウイルス感染症（COVID-19）対策 消毒方法ガイド

新型コロナウイルス感染症に有効な消毒方法について、一覧を作成しました。  
ご家庭や学校、事業所等における感染対策にご活用下さい。

米沢市薬剤師会

# 1. 手指衛生について

- ・新型コロナウイルスを含む感染症において、手洗いによる予防が基本となります。
  - ・流水で手洗いができない場合には、アルコールを含んだ手指消毒薬を使用しましょう。
  - ・繰り返し手洗い又は手指消毒を行うと、手荒れの原因になりますので、ハンドクリームなどによるスキンケアも行いましょう。
- 〈参考資料〉〔1〕,〔2〕,〔3〕

## 〈流水と石けんによる手洗い〉

- ・目に見える汚れがあるときは、石けんと流水を用いて丁寧に手を洗います。
- ・手洗いを丁寧に行うことで、十分にウイルスを除去できます。
- ・さらにアルコール消毒薬を使用する必要はありません。



色が濃い部分ほど洗い残しが多くなります。  
指先、指間、親指は特に丁寧に洗いましょう。

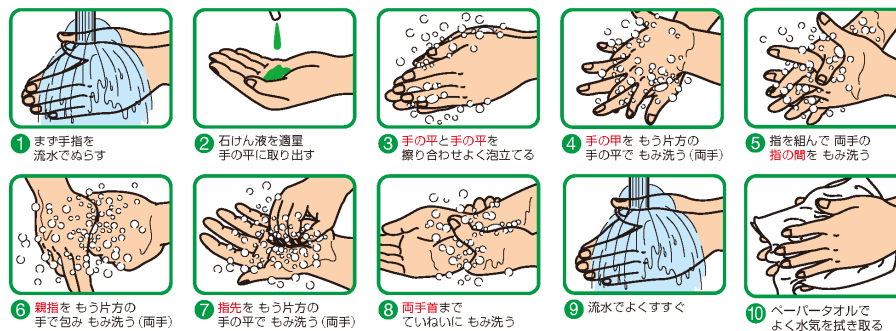
## 〈アルコール消毒薬による手指消毒〉

- ・濃度60～95%に調整された製品を使用してください。
- ・目に見える汚れがないときに有効です。
- ・1回の使用量は3mL（500円玉大）が目安です。
- ・引火性のため、火気のない所で使用してください。



## 手洗手順（石けん液）

SARAYA



## 手指消毒手順（アルコール消毒薬）

SARAYA




© SARAYA CO.,LTD.

画像はSARAYAホームページより引用  
<https://family.saraya.com/tearai/index.html>

## 2. 身の回りの消毒について

- 手指がよく触れる部分を消毒しましょう。床や壁などを含む大掛かりかつ広範囲の消毒は不要です。
  - 家庭において、タオル、衣類、食器などは通常の洗濯や洗浄のみで十分です。
  - 洗剤などを希釈する場合は、ペットボトルを使うと便利です（キャップ1杯約5mL）。
- 〈参考資料〉 [3] ~ [17]

	希釈方法	使用方法	使用対象	留意点	
<b>熱水</b> (80℃10分)	- 	80℃以上の熱水で10分間さらす。	タオル、衣類、食器、調理器具など	<ul style="list-style-type: none"> <li>• やけどに注意。</li> <li>• 熱に弱い素材は適さない。</li> </ul>	
<b>アルコール</b> (エタノール60～95%) エタノール=エチルアルコール	あらかじめ適正な濃度（60～80%）に調整された製品を用意する。 	① 消毒液を布等に含ませ拭き取る。 ② そのまま乾燥させる。  または ① スプレーで散布する。 ② 乾いた布等で拭き取る。 ※電気スイッチなどには、故障の恐れがあるため散布しない。 	食器、調理器具、家具、ドアノブ、スイッチ、便座など	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 火気厳禁。</li> <li>• メタノール（メチルアルコール）入りのものは使わない。</li> <li>• ポリエチレンテレフタレート（PET）やポリスチレン（PS）は溶ける可能性があり、容器には使用不可。ポリエチレン（PE）、ポリプロピレン（PP）、ポリ塩化ビニル（PVC）は使用可能。</li> </ul>	
<b>次亜塩素酸ナトリウム</b> (0.05%以上) (塩素系漂白剤)	～ハイター・キッチンハイター、ブリーチ、ピューラックスなど（濃度5～6%の製品）を使用した場合～ 水1Lに製品原液を10mL入れる。 （ペットボトル利用：500mLボトル2本分の水に、製品原液をキャップ2杯入れる）  ※ハイター・キッチンハイターは、購入時期により希釈の目安が変わる。厚生労働省の希釈モデルは、購入後1年から3年の製品。 メーカーHP参照→ 	<主な製品と調べ方>  <花王HP> 	<b>家事用手袋、マスクを着用し、換気をしながら</b> ① うすめ液を作る。 ② ペーパータオルや布等にしみこませ、浸すように拭く。 ③ 水拭きする。  	食器、調理器具、家具、ドアノブ、スイッチ、便座など	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 強アルカリのため人体への刺激が強い。</li> <li>• 家事用手袋を着用して行う。</li> <li>• 金属は腐食することがある。</li> <li>• 換気をする。</li> <li>• 他の薬品と混ぜない。</li> <li>• 噴霧しない。吸引すると有害。</li> <li>• 手指には使用しない。</li> </ul>
<b>界面活性剤</b> (住宅・家庭用洗剤)	製品に記載された希釈方法に従う。 希釈の必要ない製品もある。 	<製品リスト> 	製品に記載された使用方法に従う。 	家具、ドアノブ、スイッチ、便座、床、壁など	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 台所周り用、家具用、お風呂用など用途にあったものを選ぶ。</li> <li>• 手指には使用しない。</li> </ul>
<b>界面活性剤</b> (薄めた台所用洗剤)	ぬるま湯又は水500mLに台所用洗剤を小さじ1杯(5g) （ペットボトル利用：500mLボトル1本分の水に、製品原液をキャップ1杯を入れる） 	<詳しい使い方> 	① 洗剤うすめ液を作る。 ② キッチンペーパーや布などにしみこませてから拭き取る。 ③ 水拭きする。	食器、調理器具、家具、ドアノブ、スイッチ、便座、床、壁など	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 手指には使用しない。</li> <li>• スプレーボトルでの散布はしない。</li> <li>• うすめる場合は冷水よりも、ぬるま湯のほうが効果大。</li> </ul>
<b>次亜塩素酸水</b> (拭き掃除:800ppm以上) (流水洗浄:35ppm以上)	希釈して使用する製品かどうか、表示をよく確認する。 希釈が必要な場合は、製品の表示に従う。 	<詳しい使い方> 	① 汚れをあらかじめ落としておく。 ② 消毒対象の表面をヒタヒタに濡らし、20秒待つ。または、流水でかけ流す。 ③ きれいな布やペーパーで拭き取る。	食器、調理器具、テーブルなど	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 紫外線で分解しやすい。</li> <li>• 汚れ、有機物により効力が低下しやすい。</li> <li>• 次亜塩素酸ナトリウムと間違えないように注意。</li> <li>• 空間噴霧しない。</li> </ul>

## <参考資料>

1. 医療現場における手指衛生のためのCDCガイドライン [https://med.saraya.com/gakujutsu/guideline/pdf/h\\_hygiene\\_cdc.pdf](https://med.saraya.com/gakujutsu/guideline/pdf/h_hygiene_cdc.pdf)
2. SARAYAホームページ <https://family.saraya.com/tearai/index.html>
3. 身のまわりを清潔にしましょう 厚生労働省HP <https://www.meti.go.jp/press/2020/06/20200626013/20200626013-2.pdf>
4. NITEが行う新型コロナウイルスに対する消毒方法の有効性評価に関する情報公開 nite HP <https://www.nite.go.jp/information/koronataisaku20200522.html>
5. 日本医師会「消毒・滅菌の概要」日医雑誌122巻10号 [https://www.med.or.jp/kansen/guide/steri\\_sum.pdf](https://www.med.or.jp/kansen/guide/steri_sum.pdf)
6. 日本医師会消毒薬一覧」日医雑誌122巻10号 [https://www.med.or.jp/kansen/guide/steri\\_list.pdf](https://www.med.or.jp/kansen/guide/steri_list.pdf)
7. 日本環境感染学会 医療機関における新型コロナウイルス感染症への対応ガイド(第3版) [http://www.kankyokansen.org/uploads/uploads/files/jsipc/COVID-19\\_taioguide3.pdf](http://www.kankyokansen.org/uploads/uploads/files/jsipc/COVID-19_taioguide3.pdf)
8. 新型コロナウイルスの感染が疑われる人がいる場合の家庭内での注意事項（日本環境感染学会とりまとめ）首相官邸HP [https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/newpage\\_00009.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/newpage_00009.html)
9. 国立感染症研究所 新型コロナウイルス感染症に対する感染管理 <https://www.niid.go.jp/niid/ja/diseases/ka/corona-virus/2019-ncov/2484-idsc/9310-2019-ncov-01.html>
10. (株)花王 HPお問い合わせ [https://www.kao.com/jp/soudan/topics/topics\\_107.html](https://www.kao.com/jp/soudan/topics/topics_107.html)
11. ご家庭にある洗剤を使って身近な物の消毒をしましょう（6月26日版） nite HP <https://www.nite.go.jp/data/000111300.pdf>
12. 界面活性剤が含まれる製品リスト nite HP <https://www.nite.go.jp/information/osirasedetergentlist.html>
13. 国立感染症研究所 感染症情報センター SARSに関する消毒 <http://idsc.nih.go.jp/disease/sars/sars03w/index.html>
14. 新型コロナウイルスに有効な消毒・除菌方法（一覧） 経済産業省HP <https://www.meti.go.jp/press/2020/06/20200626012/20200626012-1.pdf>
15. 「次亜塩素酸水」を使ってモノのウイルス対策をする場合の注意事項 nite HP <https://www.meti.go.jp/press/2020/06/20200626013/20200626013-4.pdf>
16. 厚生労働省・消費者庁と合同で、新型コロナウイルスの消毒・除菌方法について取りまとめました <https://www.meti.go.jp/press/2020/06/20200626013/20200626013.html>
17. 新型コロナウイルスの消毒・除菌方法について（厚生労働省・経済産業省・消費者庁特設ページ） [https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/syoudoku\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/syoudoku_00001.html)

作成：米沢市薬剤師会

〒992-0045 山形県米沢市中央2-3-7 米沢市医師会館内2階

TEL：0238-26-7826

FAX：0238-26-7827

HP：<http://www.yoneyaku.com/>