

新型コロナウイルス感染症を踏まえた 緊急避難所運営マニュアル

～児童館・公民館等編～

令和2年7月

愛川町危機管理室

はじめに

本マニュアルは、児童館・公民館などの避難所における避難（1泊2日程度）に際し新型コロナウイルス感染症対策に万全を期すため、自主防災組織の皆様が避難所運営の参考となるように編集したものです。

目次

【共通】

1. 避難所にいるすべての人が実践すること・・・・・・・・・・ 1

【事前準備】

2. 避難所の確保・避難スペースの拡大・・・・・・・・・・ 2
3. 感染症対策物資の備蓄等・・・・・・・・・・ 3

【開設時】

4. 避難所開設までの流れ・・・・・・・・・・ 4
5. 避難所での受付・・・・・・・・・・ 5
6. 避難所全体のレイアウト・・・・・・・・・・ 6
7. 健康な者の滞在スペースのレイアウト・・・・・・・・・・ 7
8. 専用スペースのレイアウト・・・・・・・・・・ 8

【運営時】

9. 基本的な感染症対策の徹底・・・・・・・・・・ 9

参考資料

- ・資料1 知っておくべき5つのポイント
- ・資料2 避難行動判定フロー
- ・資料3 事前受付のレイアウト（例）
- ・資料4 物品支給のレイアウト（例）
- ・資料5 健康状態チェックシート
- ・資料6 滞在スペースと区画の振り分け
- ・資料7 感染症対応時の避難所レイアウト（例）
- ・資料8-1, -2, -3 避難者台帳、避難者カード、報告時間記録簿
- ・資料9 手洗い啓発ポスター
- ・資料10 手作りフェイスシールドの作り方
- ・資料11 共用場所の掃除のポイント
- ・資料12 熱中症予防行動
- ・資料13-1, -2 新型コロナウイルス対策(消毒)、次亜塩素酸ナトリウム液の作り方

1. 避難所にいるすべての人が実践すること

（「新しい生活様式」の実践例より）

（1）一人ひとりの基本的感染症対策

○感染防止の3つの基本：①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い

- 人との間隔は、できるだけ2m（最低1m）空ける。
- 会話をする際は、可能な限り真正面を避ける。
- 屋内にいるときや会話をするときは、症状がなくてもマスクを着用
- 家に帰ったらまず手や顔を洗う。できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
- 手洗いは30秒程度かけて水と石鹸で丁寧に洗う。（手指消毒薬の使用も可）

※ 高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

○移動に関する感染対策

- 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
- 帰省や旅行はひかえめに。出張はやむを得ない場合に。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。
- 地域の感染状況に注意する。



2. 避難所の確保・避難スペースの拡大

(1) 児童館・公民館等の活用の検討

- 3密（密集・密接・密閉）を防ぐため、可能な限り多くの避難所の開設を目指し、開設可能な児童館や公民館などの活用について検討する。

(2) 避難スペースを拡大

- 避難者同士の密接を避けるため、児童館等の避難スペースの確保について検討しておく。
- ゾーニングにより、症状の出た避難者または症状が出るおそれのある避難者を隔離できる専用スペースを設置できる場所を確保する。その際に、スペースは可能な限り個室にするとともに、それぞれ専用階段及びトイレを確保することが望ましい。

※ 感染予防及び医療・保健活動のしやすさの観点から、地域における感染拡大状況や、各避難所（児童館・公民館等）の状況を踏まえ、危機管理室や健康推進課等の連携のもと、必要に応じて特定の避難者用の避難所を設定することも考えられる。（例：高齢者・基礎疾患を有する者、障がい者・妊婦用、発熱・咳等の症状のある者用、感染症陽性者、濃厚接触者用）

3. 感染症対策物資の備蓄等

○ 新型コロナウイルス感染症対策備蓄品

No.	備 蓄 品	用 途
1	マスク	受付時配布用
2	次亜塩素酸水	環境表面の消毒用
3	スプレーボトル	環境表面の消毒用
4	キッチンペーパー	環境表面の消毒用
5	体温計（非接触型）	受付時検温用
6	ブルーシート	ゾーニング等
7	養生テープ	密接防止スペース区切り用
8	避難者台帳・避難者カード	避難者チェック用
9	健康状態チェックシート	入所時等の健康状態確認用
10	フェイスシールド	受付担当者用

4. 避難所開設までの流れ

避難所開設手順

1. 町災害対策本部から自主防災隊長（区長）へ避難所開設を依頼（電話）する。



2. 自主防災隊長は、所定の避難所を開設する。



3. 避難所を開設後、町災害対策本部情報収集班へ開設報告をする。
（046-285-2111 へ電話し、情報収集班へ開設連絡をする。）



4. 開設後は、概ね1時間ごとに情報収集班に状況連絡をする。
（避難者数の報告が中心、避難者数に変化がなくても連絡を入れる）



5. 調整事項や困ったことがあれば、時間に関係なく情報収集班へ連絡する。



6. 避難所の閉鎖については、町が開設している指定避難所の閉鎖時間を各避難所へ連絡するので、その時間を目安に閉鎖をする。
閉鎖時には、町災害対策本部情報収集班に閉鎖連絡をする。

※ このフローは自主防災組織による自主的な避難所開設を妨げるものではありません。

5. 避難所での受付

(1) 受付要領

- ① 入所受付時に検温と健康状態チェックシートにより健康状態を確認し、入所後、数日間の避難を要す場合は定期的に健康状態を確認する。

(参考資料5, 6)

- ② 避難者台帳・避難者カードに記入する。(参考資料8-1, -2)
- ③ 症状が確認された者は専用スペースへ誘導する。
- ④ 入所受付時にマスクを持参していない者へマスクを配布する。

- 入所受付時において、避難者台帳やカードの記入と併せて、検温の上、健康状態チェックシートの記入により、熱、咳、肌の発疹・ただれ、開放創、嘔吐、下痢などの症状を把握し、健康状態を確認し、症状に応じて、適切な予防策を行う。その際に、受付対応者はマスクとフェイスシールドを着用することが望ましい。

【注意！】

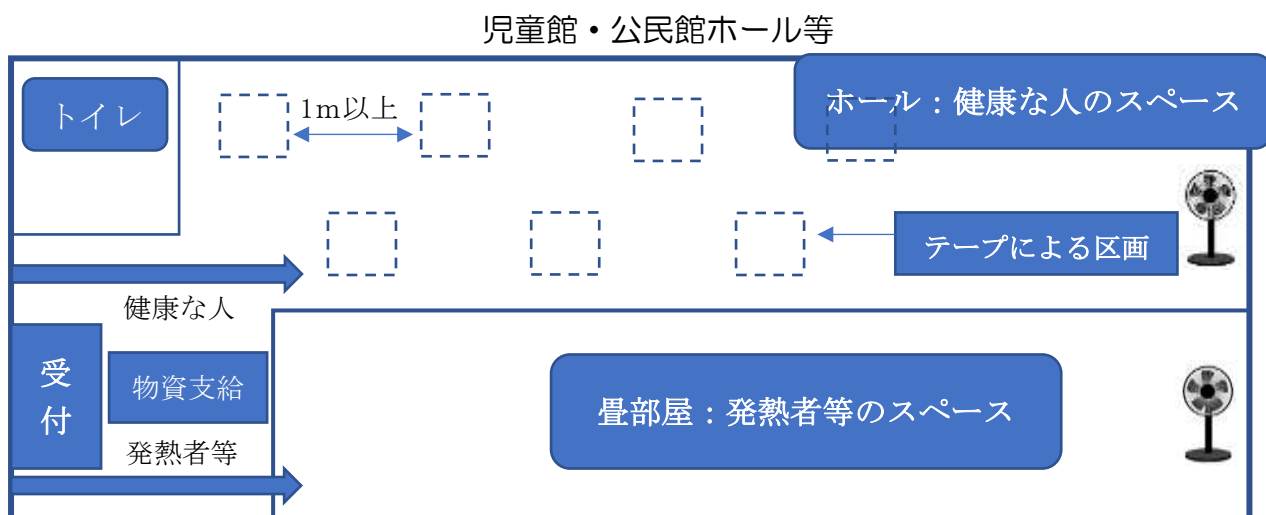
避難所開設時には、ゾーニングの実施が間に合わないことも想定される。その場合は、「すべての避難者が感染しているかもしれない」との考えに基づき、避難者にマスクとフェイスシールド(※)を着用させることにより、飛沫感染の防止を図ることが望ましい。併せて、手指衛生を徹底させること。

※ 作成する場合は、参考資料10参照。

6. 避難所全体のレイアウト

- 入所受付や物資支給コーナー（任意）を設置する。
- ゾーニングにより、症状の出た避難者または症状が出るおそれのある避難者を隔離できる専用のスペースを整備するとともに、専用の階段及び専用のトイレを確保することが望ましい。
- 手指衛生を徹底するため、手洗い場を整備し、各所に消毒用アルコールを配置する。

新型コロナウイルス感染症対応時の避難所レイアウト（例）



区画スペースは、1家族1スペースとし人数に応じ区画サイズを調整する。

【受付時でのチェック】 ○検温 ○健康状態チェックシートの記入 ○手指消毒
○避難者台帳・避難者カードの記入 ○マスクの配布

※ このレイアウトは参考までに示したものにしますので、児童館等の現状に置き換えて可能な範囲でレイアウトをしてください。

7. 健康な者の滞在スペースのレイアウト

- 一般の避難者同士の距離は、できるだけ2m以上（最低1m）開けることが望ましい。
- 間仕切り用パーティションなどにより避難者の滞在スペースを区切り、できれば床面より35cm程度以上の高さで休憩ができるようにして、飛沫感染防止に努める。

※ 開設時に間仕切りパーティションなどが無い場合などは、養生テープなどにより滞在スペースを区切り、避難者同士の密接を防止する。

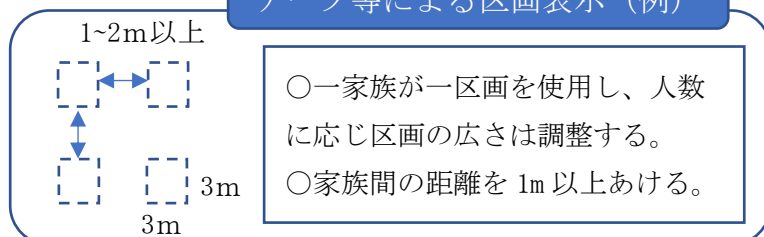
※ 区画は世帯単位で区切る。区画の広さは世帯人数に応じて調整する。

健康な人の避難所滞在スペースのレイアウト（例）

● 体育館のような広い空間において、健康な者が滞在するスペースとしては、以下のような方法が考えられる。

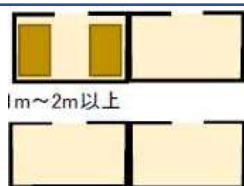
● 感染リスクの高い高齢者、基礎疾患を有する者・障がい者・妊産婦等が滞在这种情况下には、避難所内に専用スペースを設けることが望ましいが、体育館内に専用ゾーンを設け、以下と同様の考え方で利用することも考えられる。

テープ等による区画表示（例）

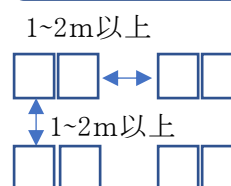


パーティションを利用した場合

○ 飛沫感染を防ぐため、少なくとも座位で口元より高いパーティションとし、プライバシーを確保する高さにすることが望ましい。



テントを利用した場合



○ テントを利用する場合は、飛沫感染を防ぐために屋根がある方が望ましいが、熱中症対策に十分注意する必要がある。



8. 専用スペースのレイアウト

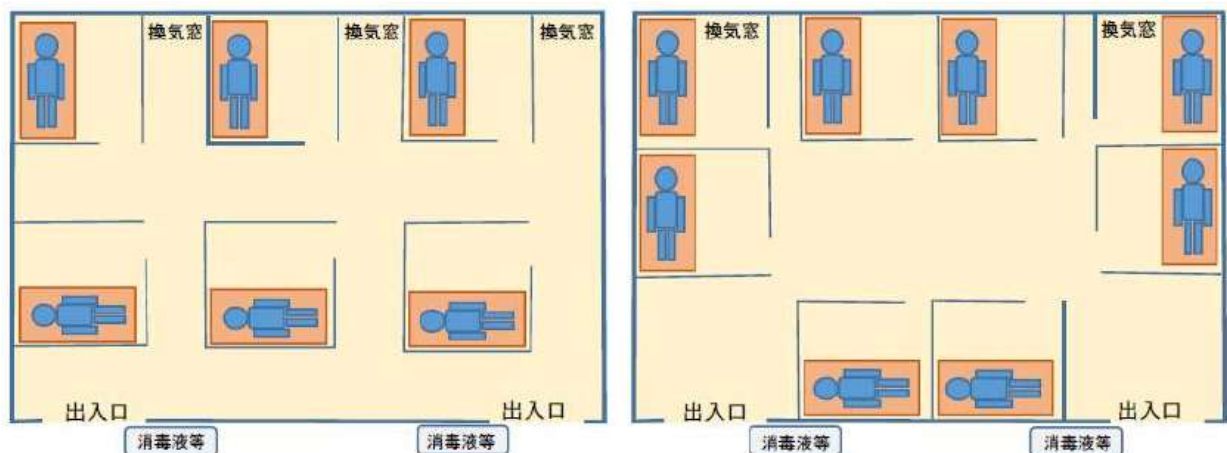
- 専用スペースは可能な限り個室にするとともに、それぞれ専用の階段及び専用のトイレを確保することが望ましい。
- 利用方法等については、事前に検討する必要がある。

※ ゾーニングについて

- ・新型コロナウイルス感染症を想定した場合には、同じ兆候・症状のある人々を同室にすることは望ましくない。
- ・やむを得ず同室にする場合は、間仕切り用パーテーションで区切るなどの工夫をすることが望ましい。
- ・濃厚接触者は、発熱・咳等のある者より優先して個室で管理する。

※ 新型コロナウイルス感染症の場合は、軽症者等であっても原則として一般の避難所に滞在することは適当でないことに留意すること。やむを得ず、軽症者等が一時的に避難所に滞在する場合、敷地内の別の建物とする。同一建物に滞在せざるを得ない場合は、動線を分け、専用階段や専用スペース、専用トイレ等が必要である。

発熱・咳等のある者や濃厚接触者専用室のレイアウト（例）



○飛沫感染を防ぐため、少なくとも座位で口元より高いパーテーションとし、プライバシーを確保する高さにするのが望ましい。また、換気を考慮しつつ、より高いものが望ましい。

9. 基本的な感染症対策の徹底

- 避難所にいるすべての人が適切な感染対策を行うことで、感染症の拡大を防止することができる。
- 新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」などによる手指衛生の徹底、「咳エチケット」などによる飛沫感染防止である。

※ 避難者や避難所運営スタッフは、頻繁に手洗いをするとともに、咳エチケット等の基本的な感染対策を徹底する。

※ 手すりやドアノブ等の環境表面は定期的に、または目に見える汚れがあるときには、家庭用洗剤・次亜塩素酸水・次亜塩素酸消毒液*を用いて清掃するなど、避難所の衛生環境をできる限り整える。

*次亜塩素酸消毒液（0.05%）の作り方について（参考資料13-2）

※ 避難所の屋内については、2方向の窓等を定期的に開放することにより、十分な換気に努めるとともに、避難者が十分なスペースを確保できるように留意する。また、強風により窓の開閉が困難な場合も想定されるので、扇風機や換気扇の活用についても検討する。

「自らの命は自らが守る」意識を持ち、適切な避難行動をとりましょう

新型コロナウイルス感染症が収束しない中でも、
災害時には、**危険な場所にいる人は
避難することが原則**です。

知っておくべき5つのポイント

- 避難とは[難]を[避]けること。
安全な場所にいる人まで避難場所に行く必要はありません。
- 避難先は、小中学校・公民館だけではありません。**安全な親戚・知人宅に避難すること**も考えてみましょう。
- **マスク・消毒液・体温計**は、できるだけ**自ら携行**してください。
- 町が指定する**避難場所、避難所が増設されている可能性**があります。
災害時には**町ホームページ等で確認**してください。
- 豪雨時の屋外の移動は**車も含め危険**です。
やむをえず**車中泊をする場合**は、浸水しないよう**周囲の状況等を十分確認**してください。



今のうちに、 自宅が安全かどうかを 確認しましょう！



ハザードマップ

検索

避難行動判定フロー

スタート！

あなたがとるべき避難行動は？

ハザードマップ※で自分の家がどこにあるか確認し、印をつけてみましょう。

※ハザードマップは浸水や土砂災害が発生するおそれの高い区域を着色した地図です。着色されていないところでも災害が起こる可能性があります。

家がある場所に色が塗られていますか？

いいえ

色が塗られていなくても、周り比べて低い土地や崖のそばなどにお住まいの方は、町からの避難情報を参考に必要に応じて避難してください。

はい

災害の危険があるので、原則として※、自宅の外に避難が必要です。

例外

※浸水の危険があっても、
①洪水により家屋が倒壊又は崩落してしまう
おそれの高い区域の外側である
②浸水する深さよりも高いところにいる
③浸水しても水がひくまで我慢できる、
水・食糧などの備えが十分にある
場合は**自宅に留まり安全確保することも可能**です。

※土砂災害の危険があっても、十分堅牢なマンション等の上層階に住んでいる場合は**自宅に留まり安全確保することも可能**です。

ご自身または一緒に避難する方は避難に時間がかかりますか？

いいえ

はい

安全な場所に住んでいて身を寄せられる親戚や知人はいますか？

はい

警戒レベル3が出たら、**安全な親戚や知人宅に避難**しましょう(日頃から相談しておきましょう)

いいえ

警戒レベル3が出たら、町が指定している**指定緊急避難場所**に避難しましょう

安全な場所に住んでいて身を寄せられる親戚や知人はいますか？

はい

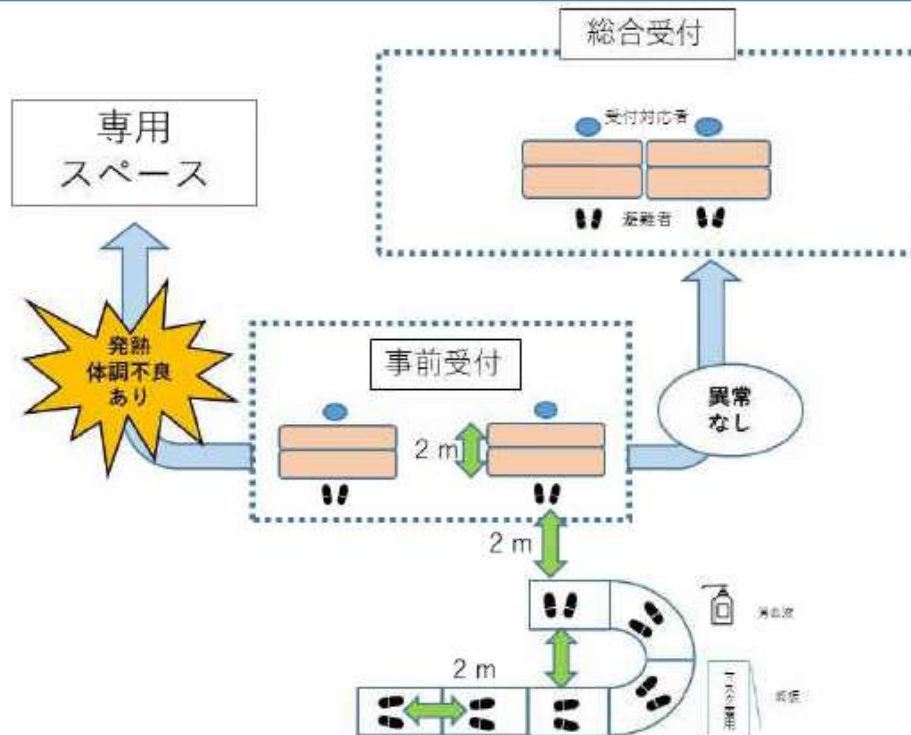
警戒レベル4が出たら、**安全な親戚や知人宅に避難**しましょう(日頃から相談しておきましょう)

いいえ

警戒レベル4が出たら、町が指定している**指定緊急避難場所**に避難しましょう

※「岐阜県避難所運営ガイドライン(新型コロナウイルス感染症対策編)」(岐阜県、2020.5)より引用

事前受付のレイアウト (例)



事前受付で行うこと

【発熱や体調の確認 (問診)】

- ☐ 体温計による体温の確認
- ☐ 息苦しさがあるか
- ☐ 味覚・嗅覚障害があるか (味や匂いを感じられない)
- ☐ 咳やたんがひどくなっているか
- ☐ 全身倦怠感があるか (起きているのがつらくないか)
- ☐ 嘔吐や吐き気が続いているか
- ☐ 下痢が続いているか (1日3回以上の下痢)

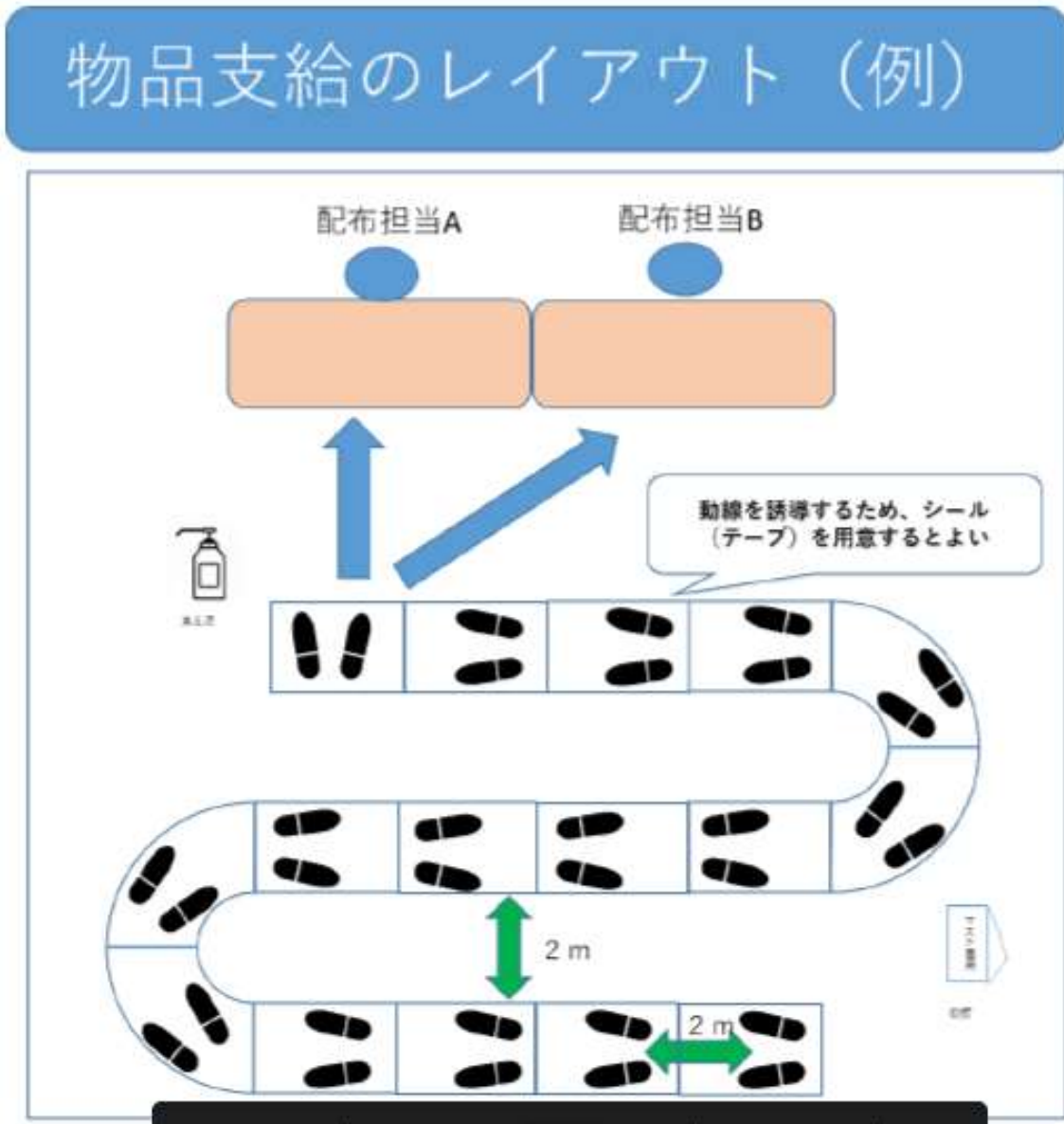
【発熱や体調不良がない場合】

- ☐ 総合受付の場所を示し誘導

【発熱や体調不良がある場合】

- ☐ 専用スペースの場所を示し誘導
- ☐ 災害対策本部と連携し、速やかに医療機関へ

※「岐阜県避難所運営ガイドライン(新型コロナウイルス感染症対策編)」(岐阜県、2020.5)より引用



配布担当が行うこと
<input type="checkbox"/> 手渡しを避けて配給(机に置き、受け取ってもらう等の工夫)
<input type="checkbox"/> 配給前後に机などを消毒
<input type="checkbox"/> マスク、手袋、エプロン等の着用
<input type="checkbox"/> エリア毎に案内を行うなど工夫し、密集することを緩和

体温 °C

受付日：令和 年 月 日（ ）氏名

問診事項について、「はい・いいえ」該当する方を○で囲ってください。

No.	問診事項	回答	
1	あなたは新型コロナウイルスの感染が確認されている人の濃厚接触者で、現在、健康観察中ですか？	はい	いいえ
2	普段より熱っぽく感じますか？	はい	いいえ
3	呼吸の息苦しさ、胸の痛みはありますか？	はい	いいえ
4	においや味を感じないですか？	はい	いいえ
5	咳やたん、のどの痛みはありますか？	はい	いいえ
6	全身がだるいなどの症状はありますか？	はい	いいえ
7	吐き気がありますか？	はい	いいえ
8	下痢がありますか？	はい	いいえ
9	からだにぶつぶつ（発疹）が出ていますか？	はい	いいえ
10	目が赤く、目やにが多くないですか？	はい	いいえ
11	現在、医療機関に通院をしていますか？（症状： ）	はい	いいえ
12	現在、服薬をしていますか？（薬名： ）	はい	いいえ
13	そのほか気になる症状はありますか？	はい	いいえ
	「はい」の場合、具体的にご記入ください		
14	避難所での行動に際し、介護や介助が必要ですか？	はい	いいえ
15	避難所での行動に際し、配慮を要する障がいがありますか？	はい	いいえ
	「はい」の場合、障がいの内容をご記入ください		
16	乳幼児と一緒にですか？（妊娠中も含む）	はい	いいえ
17	呼吸器疾患、高血圧、糖尿病、その他の基礎疾患はありますか？	はい	いいえ
	「はい」の場合、具体的にご記入ください		
18	てんかんはありますか？	はい	いいえ

滞在スペースと区画の振り分け（例）

①受付にて、避難者に「健康状態チェックシート」を記入してもらい、避難者の検温を行う。

②受付担当者は、避難者の検温を行い、滞在スペースと区画（パーティション〇〇番区画など）を決定する。

滞在スペース		状態	目安となる基準
一般 スペース	避難者 スペース	一般の避難者	チェックシートでチェックが入らなかった人
		要配慮者のうち、一般スペースの避難者スペースでの避難に差し支えない人	要配慮者に関する項目 14～18 にチェックがつくが、本人の申し出も参考に判断
	障がい者 高齢者 スペース	要配慮者のうち、一般スペースでの避難に差し支えない人	要配慮者に関する項目 14～18 にチェックがつくが、本人の申し出も参考に判断
専用 スペース	濃厚接触者 ゾーン	健康観察中の濃厚接触者	健康に関する項目 1 にチェックした人
	発熱者等 ゾーン	発熱、咳等の症状がある人	健康に関する項目 2～10 にチェックがついた者、発熱がある人
	要配慮者 ゾーン	要配慮者のうち、一般スペースでの避難が困難で、特に支援が必要な人	要配慮者に関する項目 14～18 のいずれかにチェックがついた人（高齢者の方）、およびその家族
	妊産婦 ゾーン	乳幼児と一緒に避難した者または妊娠中の人	要配慮者に関する項目 16 にチェックがついた人のうち、希望する人

③避難者は、決められた滞在スペースに移動する。

避難者台帳

No.

避難所名

[illegible]

ひなんしゃ
避難者（世帯名簿）カード

No. _____

避難所名

ねん 年	がつ 月	にち 日	ごぜん 午前	ごご 午後	じ 時	ふんきにゆう 分記入
じゅう　しょ 住　所					でんわばんごう 電話番号	
ちょうないかいめい 町内会名						
し　めい 氏　名	せいべつ 性別	つづきがら 続　柄	ねんれい 年　齢	けつえきがた 血液型	びょうき　とう　うむ 病気・けが等の有無または じょうきょう 状　況	
		世帯主				
かぞく　ひなんじょうきょう 家族の避難状　況		あなたの家族は全員避難しましたか ア　全員避難した　　イ　まだ残っている ※残っている家族は（　　）				
かぞく　あんびじょうほう 家族の安否情　報		あなたの家族は全員連絡が取れましたか ア　全員連絡が取れた　　イ　まだ連絡が取れない ※取れていない家族は（　　）				
あなたがこの避難先で必要なものに○を付けてください（複数可） ア　医者　　イ　看護師　　ウ　水・食糧　　エ　毛布 オ　ボランティア（具体的に：　　） カ　その他（具体的に：　　）						
でんごんばん 伝言板						

災害対策本部報告時間記録簿

_____区

(避難所名：_____)

【避難所⇒本部 定時連絡表】 本部電話番号：046-285-2111

報告事項	報告時間	発信者	受信者	備 考
開設報告	：			
定時報告	：			男 名 女 名 合計 名
定時報告	：			男 名 女 名 合計 名
定時報告	：			男 名 女 名 合計 名
定時報告	：			男 名 女 名 合計 名
定時報告	：			男 名 女 名 合計 名
定時報告	：			男 名 女 名 合計 名
定時報告	：			男 名 女 名 合計 名
定時報告	：			男 名 女 名 合計 名
定時報告	：			男 名 女 名 合計 名
閉鎖報告	：			男 名 女 名 合計 名

【連絡事項報告】

報告時間	報告者	受信者	報告内容
：			
：			
：			

感染症対策へのご協力をお願いします

！ 手 洗 い

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、
「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

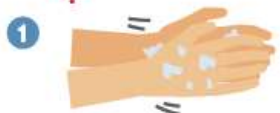
ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。

外出先からの帰宅時や**調理の前後**、**食事前**などこまめに手を洗います。

正しい手の洗い方

手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのばすようにこすります。



指先・爪の間に念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗います。



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、
清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

首相官邸
Prime Minister's Office of Japan

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

厚労省

検索



※「新型コロナウイルス 避難生活お役立ちサポートブック」(JVOAD 避難生活改善に関する専門委員会、2020.5)より引用

添付資料⑤

手作りフェイスシールドの作り方

用意するもの

透明度の高い A4 クリアファイル、または、
何も挟まずラミネートした A4 サイズのシート



カチューシャ



100 円ショップで購入可能

スポンジ



未使用の台所用
スポンジを代用

はさみ



ホチキス



穴あけパンチ



作り方

- ①クリアファイルおよび
ラミネートシートを用意する



※クリアファイルははさみで開いて
A4サイズにカットする

- ② 左右の端にパンチで 2 カ所穴をあける



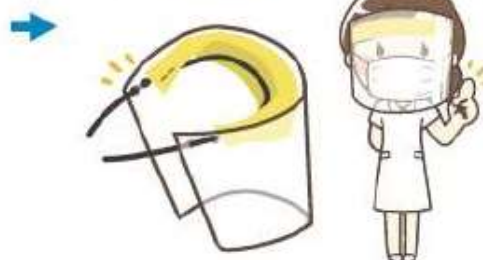
3cmの間隔で1カ所ずつ
計4カ所穴をあける



- ③カチューシャにスポンジを
巻いてホチキスで止める



- ④カチューシャの両端を
クリアファイルの穴に通す



参考：NPO 法人そーる豊後部・山中弓子氏監製

※「新型コロナウイルス 避難生活お役立ちサポートブック」(JVOD 避難生活改善に関する専門委員会、2020.5)より引用

添付資料⑦

共用場所の掃除のポイント

不特定多数の人が触る場所は、1 時間に 1 回程度を目安に、次亜塩素酸で拭き掃除をしましょう。

トイレの清掃・除菌すべき箇所



人の手がよく触れる箇所





令和 2 年 度 の 熱中症予防行動

環 境 省
 厚生労働省
 令和2年5月

「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

新型コロナウイルスの出現に伴い、感染防止の3つの基本である①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗いや、「3密（密集、密接、密閉）」を避ける等の「新しい生活様式」が求められています。このような「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイントは以下のとおりです。

1 暑さを避けましょう

- ・エアコンを利用する等、部屋の温度を調整
- ・感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整
- ・暑い日や時間帯は無理をしない
- ・涼しい服装にする
- ・急に暑くなった日等は特に注意する



3 こまめに水分補給しましょう



- ・のどが渇く前に水分補給
- ・1日あたり1.2リットルを目安に
- ・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに

2 適宜マスクをはずしましょう



- ・気温・湿度の高い中でのマスク着用は要注意
- ・屋外で人と十分な距離（2メートル以上）を確保できる場合には、マスクをはずす
- ・マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクをはずして休憩を

4 日頃から健康管理をしましょう



- ・日頃から体温測定、健康チェック
- ・体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養

5 暑さに備えた体作りをしましょう



- ・暑くなり始めの時期から適度に運動を
- ・水分補給は忘れずに、無理のない範囲で
- ・「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度

高齢者、子ども、障害者の方々は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。3密（密集、密接、密閉）を避けつつ、周囲の方からも積極的な声かけをお願いします。



新型コロナウイルス感染症に関する情報:

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html

熱中症に関する詳しい情報: <https://www.wbgt.env.go.jp/>



新型コロナウイルス対策 身のまわりを清潔にしましょう。

石けんやハンドソープを使った
丁寧な手洗いを行ってください。

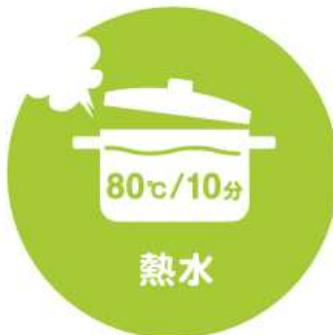


手洗いを丁寧に行うことで、
十分にウイルスを除去できます。
さらにアルコール消毒液を
使用する必要はありません。

手洗い		残存ウイルス
手洗いなし		約 100 万個
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)

食器・手すり・ドアノブ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。



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。



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



参考

0.05% 以上の次亜塩素酸ナトリウム液の作り方



【使用時の注意】

- ・換気をしてください。
- ・家事用手袋を着用してください。
- ・他の薬品と混ぜないでください。
- ・商品パッケージや HP の説明をご確認ください。

以下は、次亜塩素酸ナトリウムを主成分とする製品の例です。
商品によって濃度が異なりますので、以下を参考に薄めてください。

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)

(プライベートブランド)

ブランド名 (五十音順)	商品名	作り方の例
イオングループ (トップバリュ)	キッチン用漂白剤	水 1L に本商品 10mL (商品付属のキャップ 1/2 杯)
西友 / サニー / リヴィン (きぼんのき)	台所用漂白剤	水 1L に本商品 12mL (商品付属のキャップ 1/2 杯)
セブン&アイ・ ホールディングス (セブンプレミアム ライフスタイル)	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)

※上記のほかにも、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。
表に無い場合、商品パッケージや HP の説明にしたがってご使用ください。

洗剤の使い方はこちら▶▶▶
[こちらをクリック](#)

