

## ① 下準備：消毒するために用意するもの

### 【消毒作業に必要なもの】

- ポリ袋（ゴミ袋：縛れるように手提げや大き目なもの）
- キッチンペーパーやペーパータオル
- 噴霧用容器（スプレー容器など）
- バケツ
- ペットボトル（中は水ですすぎ、容器表には『薬剤名』を書こう）

### 【消毒薬】

- 消毒用エタノール（濃度70%～80%程度のもの）：原液のまま使用
- 次亜塩素酸ナトリウム溶液（台所用塩素系漂白剤など）：希釈して使用

### 【安全のために必要なもの】

- ゴム手袋やビニル手袋
- メガネやゴーグル（目に入らない・目を直接触れない）
- マスク
- 汚れてもいい服（カッパや使いすて白衣、ビニルエプロン）
- マジック（小分け容器に薬剤名を書く）

## ① 【下準備】

- 手袋をする前に、指輪や腕時計・爪は短く装飾品は外しましょう  
（手洗いをしやすくし、洗い残しがないように）→
- しっかり手を洗いましょう
- 髪の毛が長く消毒作業中に様々なところに触れそうであれば縛ったりヘアキャップを使うなどをしましょう。
- 換気のため、窓やドアは開放し換気扇を回しましょう（薬剤中毒予防）
- ペットボトルやスプレー容器を利用する場合、中身が何であることをわかるようにしよう（誤飲防止・混合防止。第三者もわかるように）  
→小分けのペットボトルにマジックや修正ペンで落ちないように表記する、など
- 暑い時期は熱中症に気を付けてください（クーラー・作業前に水分補給など）

※消毒対象に汚れ（汚物など）や水分が多いと効果が落ちます。汚物などは取り除き、水分はふき取るなどしてある程度乾かしてから消毒剤による消毒を行いましょ

## ①【下準備】

予防のための自主的な消毒

### 身だしなみ確認

- 手を洗いましょう（爪は短く・時計・装飾品は外しましょう）
- 汚れてもいい服装等、作業しやすい服装に（長袖長ズボンのカッパ等）
- 髪の毛は縛るなどしましょう
- マスクをしましょう
- 眼鏡・ゴーグルを掛けましょう
- 手袋をしましょう（※布の軍手などは薬剤が含浸するので不向き）
- ゴミ袋は口を広げ、捨てやすいように（→最後は縛って捨てますので詰め込みすぎないように）

## ②消毒剤を用意します。2種類が基本

予防のための自主的な消毒

**【消毒用エタノール（60～80%アルコール）】** 噴霧→清拭で使用

※基本的に薄めず使用します→**スプレー容器**に入れて使うと便利

※火気周辺での使用はやめましょう（使用上の注意を要確認）

★床等ワックスをかけている場合は白くなる危険もある→塩素系を

**【塩素系消毒剤】** 浸漬・清拭で使用

※用法・容量を確認してから希釈などをしてください→**バケツ**など

※水以外のものと混ぜないようにしましょう

※サビや変色の危険性がある場所での使用はやめたほうが良いでしょう

※希釈した消毒剤はその日のうちに使い切りましょう

# ① 消毒剤を作ります (作り方)

「消毒用エタノール(濃度70%~80%程度)」があれば、それを使います。濃度70%以下だと、十分な除菌効果がありません。エタノールがお手元になければ、塩素系漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム)を水で薄めて消毒液を作しましょう。  
製品名:ハイター、ブリーチ、キッチン用漂白剤 等

濃度 **0.1%** 汚染が高く疑われる部分  
漂白作用も高まるためご注意ください

トイレや長時間滞在した場所で漂白やサビの影響がないところ



500mlペットボトルに、通常飲料が入っている程度の水と、キャップ2杯分(10ml)の漂白剤を入れる。

濃度 **0.05%** 一般部分の消毒

多くの部分はこの濃度が適用できます(トイレ除く)



500mlペットボトルに、通常飲料が入っている程度の水と、キャップ1杯分(5ml)の漂白剤を入れる。

濃度 **0.02%** 予防的な衣服のつけ置き清拭 等



2000mlペットボトルに、通常飲料が入っている程度の水と、キャップ2杯分(10ml)の漂白剤を入れる。

# ② 消毒作業の準備

## 消毒用エタノール



紙ウエスに吹きかけてしっとりと染み込ませる。

## 手づくり次亜塩素酸ナトリウム消毒液



清潔なバケツに適量入れる。紙ウエスを消毒液に漬け、軽く水気を切る。