衛生管理マニュアル

こども共和国そらまめ

1. 換気

（1） 換気の重要性

① 感染症等の感染拡大防止には、換気が有効な対策の一つです
② 換気によって、ウイルスを含むエアロゾルを外に追い出すことができます
③ 換気によって、外気が導入されウイルスを含むエアロゾルを希釈することができます

（2） 効果的な換気の方法

① 窓開けによる換気（自然換気）だけでは常に安定した換気量を確保することはできません。室内の空気と清浄な外気を強制的に入れ替える機械換気も合わせて使いましょう。
② 室内に取り込んだ清浄な外気が部屋全体に行き渡るよう「空気の流れ」を作ることも大切です。
③

2. 手洗い・うがい

食事の前、トイレに行った後、外出先から帰ったとき、感染性のあるものにふれたと考えられる場合など、日常生活のなかでこまめに手を洗う習慣をつけることは、感染予防のためにとても重要です。
のどや口のなかの清潔を保つことはとても重要です。うがいで病原体を洗い流しましょう。

（1） 手洗いのポイント

① ハンドソープをつけて 30 秒～1 分程度洗い、流水ですすぎます。
② 洗い残ししやすい部分は、指の股、親指の周囲、手首です。

（2） うがい

① 口に水を含んで、強めにぶくぶくして吐き出す。
② 口に水を含んで、上を向き、15 秒くらいののどの奥までガラガラして吐き出す。

3. 消毒作業の準備

消毒作業に使用する消毒薬は、次のとおりとする。

消毒液	特性
次亜塩素酸ナトリウム 【0.05～0.5%（500～5,000mg/L）】	(ア) 強い殺菌性を有し、増殖型細胞、一部の芽胞、糸状菌、ウイルスに対して有効である。 (イ) 塩素特有の不快臭があり、金属腐食性が強く、皮膚・粘膜に対する刺激性がある。 (ウ) 金属以外の消毒薬として、広く用いることができる。 (エ) 原則、希釈当日中に使用する
アルコール（消毒用エタノール）	(ア) 微生物の蛋白を変性・凝固させることにより殺菌作用を発揮し、最初の数秒間で強力に殺菌する。 (イ) グラム陽性菌、グラム陰性菌、リケッチア、スピロヘータ及びエンベロープを有する一部のウイルスに有効であるが、芽胞及び糸状菌には無効である。 (ウ) 毒性は低い。 (エ) 樹脂を劣化させるおそれがある。

4. 消毒法等

（1） 清拭法

消毒薬をしみ込ませたタオルやペーパータオル等（以下「タオル等」という。）で汚染場所等の表面を拭き取って消毒を行う。なお、拭き取りの際には、汚染を拡大させないよう、「①一方向への拭き取り」、「②タオル等をこまめに交換」、「③手袋への汚染に注意する」とともに、タオル等に十分な量の消毒薬がしみ込んでいることを確認すること

（2） 浸漬法

消毒薬を入れた密閉容器に物件を 30 分以上完全に浸漬させて消毒を行う。汚染により消毒薬が消費されるため濃度低下に注意すること。予備洗浄や浸漬時のブラッシングを行うことで消毒効果が高まる。なお、物件を浸漬する際は、気泡が入ることにより、消毒効果が不十分となる場合があるので注意すること。また、浸漬後、物件は十分に乾燥させること。

（3） 熱水法

密閉容器に物件を入れ、80℃以上の熱水により 10 分以上完全に浸水させて消毒を行なう。なお、消毒後、物件は十分に乾燥させること。