

てあら 手洗いは 食中毒・感染症予防の基本です

08 手洗い・トイレ・消毒液の注意

しょくちゅうどく かんせんしょうよぼう きほん

てあら わす こんなときは手洗いを忘れずに！



トイレ後



食事前



不衛生なものに
触れた後



外出後



調理前



生ものに
触れた後



盛り付け前

てあら てじゅん 手洗いの手順



1 流水で手を洗い、石けんをつける。



手のひら



手の甲



指先・爪の間



指の間



親指 (手のひらで包んでねじり洗い)



手首

8 流水ですすぎ、ペーパータオルや清潔なタオルで水気を拭き取る。
(水分が残っていると消毒効果が減少)

9 十分な量の手指消毒剤を手のひらにとり、手洗いの手順で手指全体によくすり込んで、自然乾燥させる。



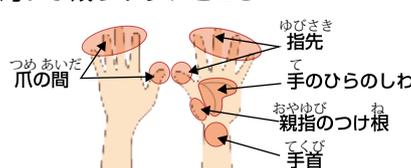
てあら 手洗いのポイント

ながい爪 ×

指輪・腕時計は外す



汚れが残りやすいところ



手拭き用タオル

共用 ×



手指消毒は

しょくちゅうどく

かんせんしょう

よぼう

食中毒・感染症予防の

きほん

基本です

みず つか
水が使えなくても

こんなときは手指消毒を忘れずに！



トイレ後
ご



食事前
しょくじまえ



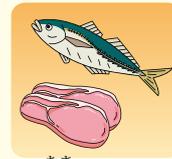
ふえいせい
不衛生なものに
触れた後
あと



外出後
がいしゅつご



調理前
ちようりまえ



なま
生ものに
触れた後
あと



盛り付け前
まへ

みず つか ばあい
水が使えない場合の

手指消毒の手順

1 おしぼりやウェットティッシュ
などで、汚れをよく落とす。



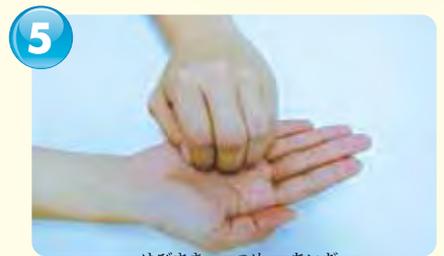
2 十分な量の手指消毒剤
を手のひらにとり、次
の順で手指全体によく
すり込む。



手のひら



手の甲



ゆびさき つめ あいだ
指先・爪の間



ゆび あいだ
指の間



おやゆび
親指



てくび
手首

9 自然乾燥させる。

ちょっとうれしいを



つぎひと 次の人にも



つぎひと つか 次の人のために、トイレはきれいに使いましょう



東京防災公式キャラクター「防サイくん」



かんりせきにんしゃ れんらく こんなときは**管理責任者**にご連絡ください。



- トイレが**汚物**で汚れている。
- トイレ**ト**ーパーなどの**備品**がない（なくなりそう）。
- トイレの**使**い方がわからない。

しょうご 使用後は**手洗い**を忘れずに！

みず つか 水が使えない場合
ウェットティッシュと**手指消毒剤**で
手指を**清潔**に！



たいちょうふりよう げり ふくつう は け 体調不良（下痢、腹痛、吐き気など）の方は、
医師や医療スタッフ、健康相談スタッフにお知らせください。



おくない 屋内のトイレの場合
専用の履物に履き替えてください。



せいそう

トイレ清掃マニュアル



トイレが不衛生だと、感染症のまん延が懸念されるだけでなく、避難者の健康上の問題（ぼうこう炎や脱水症など）や衛生上の問題（トイレ以外の場所がトイレとして使用される）などが発生するおそれがあります。トイレは定期的に清掃し、清潔に保ちましょう。

用意するもの

- ・ 使い捨て手袋
- ・ ゴム手袋
- ・ 使い捨てマスク
- ・ 使い捨てエプロン
- ・ 塩素系消毒液
(次亜塩素酸ナトリウム液。塩素系漂白剤等)
- ・ バケツ
- ・ 雑巾 (拭くもの)
- ・ 新聞紙
- ・ ほうき
- ・ ちりとり
- ・ モップ
- ・ 便器用ブラシ
- ・ トイレ用洗剤
- ・ ごみ袋



1 マスクと使い捨て手袋を着用する (塩素系消毒液やトイレ用洗剤の原液、ブラシなどを用いる際には、厚手のゴム手袋が望ましい。)



6 塩素系消毒液 (0.02%) に浸して絞った布等で、汚れの少ない方から順に拭く。
(手洗い器→タンク→フタ→便座→便器の外側)



2 トイレのドアや窓を開け、換気する。



7 塩素系消毒液 (0.02%) に浸したモップでトイレ全体の床を拭く。



3 バケツに水を入れ、塩素系消毒液 (0.02%) を作る。(資料4)



8 便器の内側は、汚れがあれば便器用ブラシで擦り落とす。その後、トイレ用洗剤の原液をかけ、2～3分後にこすらずに水で流す。



4 トイレ内の備品 (ごみ箱、サニタリーボックス等) を外に出し、ほうきで床をはく。汚物があった場合は、新聞紙等で汚染を広げないようにふき取る。



9 清掃用具を片付ける。繰り返し使うものは、洗浄し、塩素系消毒液 (0.02%) に30分～60分浸して消毒する。(汚物に直接接触した用具は塩素系消毒液 (0.1%) で消毒する。)



5 塩素系消毒液 (0.02%) に浸して絞った布等で、手の触れる部分を拭く。
(水道の取っ手→ドアノブ→手すり→水洗レバー→ペーパーホルダー)



10 清掃が終わったら、手袋を外して手を洗い、乾燥後、手指をアルコール消毒する (資料10)。



トイレの清掃作業に従事した後は、調理作業は避けてください。

えんそけいしょうどくえき 塩素系消毒液とあつかの取り扱いマニュアル

じあんえんそさん えき (次亜塩素酸ナトリウム液)

えんそけいしょうどくえき じあんえんそさん えき えんそけいひょうはくざいなど きしゃく
塩素系消毒液（次亜塩素酸ナトリウム液）は塩素系漂白剤等を希釈して作ります。

えんそけいしょうどくえき つか かた まちが こうか おも じこ
塩素系消毒液は使い方間違えると効果がなくなるだけでなく、思わぬ事故につながることがあります。用途に応じた希釈や使用、保管時の注意事項を守りましょう。

きしゃくほうほう

希釈方法

とぶつ べん しょりじ きしゃくご のうど やく
おう吐物、ふん便の処理時 希釈後の濃度 約0.1%

げんえきのうど ばあい
原液濃度 5～6%の場合

ぼん みず
500mlのペットボトル1本の水に
げんえき
原液 10ml（ペットボトルのキャップ2杯）



ぼん みず
2リットルのペットボトル1本の水に
げんえき
原液 40ml（ペットボトルのキャップ8杯）



ちょうりきぐ べんざ いるいとう しょうどく きしゃくご のうど やく
調理器具、トイレのドアノブ、便座、衣類等の消毒 希釈後の濃度 約0.02%

げんえきのうど ばあい
原液濃度 5～6%の場合

ぼん みず
2リットルのペットボトル1本の水に
げんえき
原液 10ml（ペットボトルのキャップ2杯）



しょう ちゅういじこう

使用するときの注意事項

- 手指の消毒には絶対に使用しないでください。
- 使用する際は十分に換気してください。
- 有毒ガスが発生するため、酸と混ぜて使用しないでください。
- 汚れが残ったまま使用すると効果が弱まります。できるだけ汚れを落としてから使用してください。
- 漂白作用があります。容器の「使用上の注意」を確認してください。
- 商品により塩素濃度が異なるので表示などを確認してください。

ほかん ちゅういじこう

保管するときの注意事項

- 希釈したものは時間が経つと効果が減っていくので、その都度使い切りましょう。
- 希釈したものをペットボトルで保管するときは、誤飲しないよう、容器に目立つように薬品名や濃度を記入しておきましょう。
- 原液、希釈液ともに、直射日光の当たらない場所で保管しましょう。
- 危険なので子供などの手の届かないところに保管しましょう。

