

新型コロナウイルス感染症濃厚接触となられた方へ

濃厚接触となられた方は、感染している可能性があり、今後陽性となる場合もあるため、不要不急の外出を控えていただきます。

○期間は、感染者と最後に接触をした翌日から 14 日間です。

○期間中保健所から健康状態の確認の電話をさせていただきます。

(体温測定をお願いします)

○体調が悪い場合は保健所が調整し、医療機関を受診いただきます

家庭内でご注意いただきたい 8 つのポイント

○部屋を分けましょう

(食事も部屋の外に置いておき、本人が部屋の中で食べてください)

○定期的に換気をしましょう

○濃厚接触者の方のお世話は限られた方をお願いします。

○濃厚接触の方の衣類は最後に、他の洗濯物と分けて洗濯しましょう。

○マスクをつけましょう

○ゴミは密閉して捨てましょう

○こまめな手洗いとアルコール消毒を行いましょう。

○手で触れる共用部分をアルコール・薄めた塩素系漂白剤で消毒しましょう

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	1 回	約 0.001% (数十個)
流水で 15 秒すすぐ	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)

0.05% 以上の次亜塩素酸ナトリウム液の作り方



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	水 1 L に本商品 25 mL (商品付属のキャップ 1 杯)
	キッチンハイター	水 1 L に本商品 25 mL (商品付属のキャップ 1 杯)
カネヨ石鹸	カネヨブリーチ	水 1 L に本商品 10 mL (商品付属のキャップ 1/2 杯)
	カネヨキッチンブリーチ	水 1 L に本商品 10 mL (商品付属のキャップ 1/2 杯)
ミツエイ	ブリーチ	水 1 L に本商品 10 mL (商品付属のキャップ 1/2 杯)
	キッチンブリーチ	水 1 L に本商品 10 mL (商品付属のキャップ 1/2 杯)

- アルコール消毒液約 70%～80% 台
- 熱湯で 10 分煮沸すると消毒できます