

# ウイルス感染を予防しよう

毎年冬になるとインフルエンザやノロウイルスなどの感染症が流行します。日々行っている感染症対策は、インフルエンザやノロウイルスの予防にも活かすことができますよ。

## マスクの着用

### サージカルマスクのつけ方

マスクの表裏を確認する

針金の入っている部分が  
鼻にフィットするように  
調整する



プリーツを広げて  
鼻から顎までしっかりと覆う

### マスクの外し方

マスクの  
ゴム紐のみを持って外す



外したら  
すぐにゴミ箱に捨てて  
手を洗う



マスクの表面には  
微生物が付着していると考え

## こまめな手洗い



手が荒れてしまうと、ウイルスが手の表面に残りやすくなってしまいます。こまめな保湿も心がけましょう。

多くの人が触れるものに触ったあとは流水と石鹸で手洗いをしましょう。

目に見える汚れがないときはアルコールによる手指消毒も有効ですが、ノロウイルスはアルコールでは消毒できないため、手洗いをするのが一番効果的です。

# インフルエンザ

今年は65歳以上の方は予防接種を無料で受けられます。

実施期間: 令和2年10月1日～令和2年12月31日

接種に必要なもの: 住所・氏名・年齢を確認できるもの

実施場所: 協力医療機関

問い合わせ: 横浜市予防接種コールセンター

電話: 045-330-8561



# ノロウイルス

ノロウイルスの消毒は塩素系漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム)を使用しましょう。

## 物の消毒をするとき

0.02%の希釈液を使い、調理器具やトイレのドアノブ、嘔吐物のついた衣服などを消毒します。

## 嘔吐物などを処理するとき

0.1%の希釈液を使い、嘔吐物や嘔吐物で汚れた床を消毒します。

## 希釈液の作り方



		希釈液濃度	
		0.02%	0.1%
原液濃度	2%	水1L + 原液10ml	水1L + 原液50ml
	5%	水1L + 原液4ml	水1L + 原液20ml