



家庭で呼吸器疾患の蔓延を防止するために

手を頻繁にしっかり洗う



- 石鹸と水で20秒以上かけて頻繁に手を洗ってください。
- 石鹸と水が使えない場合は、アルコール濃度60%以上の手指消毒液を使用してください。
- ゴミ箱を空にしたり、ティッシュペーパーや類似した廃棄物に触れた後は手を洗ってください。

クリーニング製品のラベルをよく読む



- 手袋の着用や、換気をよく行うなど、製品ラベルに記載されている使用方法に従ってください。
- 物の表面に適した家庭用洗剤、および環境保護庁（EPA）に登録されている消毒剤をご使用ください。
- 製品にウイルスの消毒効果があるか確認したい場合は、製品ラベルを読む、ラベル記載の1-800の電話番号に電話する、または<http://www.americanchemistry.com/Novel-Coronavirus-Fighting-Products-List.pdf> をご覧ください。
- 漂白剤溶液は消毒剤としても使用できます。大さじ1杯の漂白剤を1クォート（4カップ）の水に混ぜるか、大量に使用する場合は、4分の1カップの漂白剤を1ガロン（16カップ）の水に加えます。

頻繁に触れる物や表面をこまめに清掃、消毒する



硬い(非多孔質)表面

例、カウンター、テーブル、ドアノブ、手すり、浴室の備品、電灯のスイッチ、トイレ、電話、キーボード、リモコン、タブレット、ナイトテーブルなど、人の手がよく触れる表面。

- 表面やアイテムを清掃して目に見える汚れを取り除き、殺菌するために消毒します。消毒剤を使用する場合、特に食品と接触する場所では表面が最低でも10分間湿ったままの状態を放置してから水で洗い流して、空気乾燥してください。
- 電子機器に殺菌ウェットシートを使用する場合は、指示事項を慎重に読み、十分な時間表面を湿った状態に保つためウェットシートを何枚使用しても機器に問題がないかを確認してからご使用ください。

柔らかい(多孔質)表面

例、タオル、リネン、衣類、動物のぬいぐるみ。

- お湯と家庭用洗濯洗剤を使って洗濯し、高温で乾燥させてください。

詳細については

i

コロナウイルス感染症2019に感染した疑い、または感染が確認されたご家庭における清掃および消毒に関するCDCガイダンス：

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/home/cleaning-disinfection.html#disinfect>

正しい手洗い方法に関する公衆衛生局のガイダンス：

<http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>（「Handwashing」のメニューをクリック）