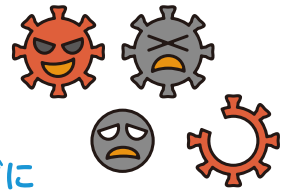


アルコールと汚れの問題



手洗いをせずにアルコール消毒をするとどうなるでしょう？

- 1 手の汚れが落ちて菌もいなくなり、きれいになる
- 2 菌は完全にいなくなるが、手の汚れは落ちない
- 3 菌はほとんどいなくなるが、手の汚れは落ちない

こたえ：アルコールと汚れの問題…③、アルコール除菌の問題…①

アルコール除菌の問題



アルコールでの除菌はどのようなときに有効でしょうか？

- 1 手洗いがすぐにできないとき
- 2 手を洗いたくないとき
- 3 手が汚れたとき

せっけんの問題



手洗いのとき、せっけんをどのように使うのが効果的でしょうか？

- 1 しっかりと泡立てる
- 2 泡立てずに手に塗る
- 3 せっけんは使わなくてもよい(水洗いのみ)

すすぎの問題



手洗いは何秒すすぎと良いでしょうか？

- 1 10秒
- 2 20秒
- 3 30秒

汚れ残りの問題

手洗い後、汚れが残りやすい場所はどこでしょうか？

- 1 指先(爪の先)
- 2 手のひら
- 3 手の甲



こたえ：せっけんの問題…①、すすぎの問題…③、汚れ残りの問題…①

りんご館レポート



あなたは何問クリアできる？

手洗い

3択クイズ

寒くなり、風邪やインフルエンザなどが気になる季節になりました。重要なのは衛生管理の基本「手洗い」「アルコール消毒」。みなさんはどの程度正しい知識を身に付けていますか？クイズで確認してみよう！

検証実験

手でミンチ肉を直接接触して疑似的に汚した後、消毒用アルコール(濃度70%)を噴霧し、手の菌数と汚れの状態を調べました。



結果

手洗いをしない状態でアルコール噴霧の前後を比較すると、菌数は減りましたが、汚れには効果がないことがわかりました。

	アルコール噴霧前	アルコール1回噴霧	アルコール3回噴霧
菌数	100	0.1	0
汚れ	100	175	119

*アルコール噴霧前を100として数値を算出しています。
*「汚れ」の数値は、アルコール噴霧によって、手のしわに入り込んだ汚れなどが浮き出たことで、数値が高くなった可能性も考えられます。

手洗い&消毒実験のまとめ

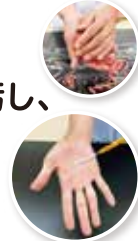
正しい手洗いを行っても、爪の中など汚れがなかなか落ちない部分があること、また、十分な量のアルコール噴霧をすることで表面の菌を殺菌できることがわかりました。しかし、**汚れはアルコールでは取り除くことができません**。汚れの中に菌が残っていれば、表面だけを消毒するだけでは清潔になったとは言えません。**せっけんでしっかりと洗って乾燥させてからアルコールを併用するのがおすすめです。**



微生物検査担当
とこうとしひこ
都甲 俊彦

検証実験

手でミンチ肉を直接接触して疑似的に汚し、手洗い後、どこの部分に汚れが残るのかを調査しました。



*手の洗い方は、厚生労働省ホームページ記載の手順で行いました。
*「汚れ」の調査には、手指の衛生状態を数値で表すことができる測定キットを使用しました。

結果

きちんと手を洗ったつもりでも、指先(爪の先)には汚れが残ってしまうことがあるようです。手のひらや手の甲に意識が向いてしまいがちですが、**指先(爪の先)も意識して洗うよう心掛けましょう**。また、手を洗った後は、雑菌の付着を防ぐためにも、清潔なタオルやペーパーでしっかりと水分を拭き取りましょう。

調査箇所	手洗い前	手洗い後
手のひら	100	0.9
手の甲	100	0.5
指の間	100	0.2
指先	100	3.3
爪の根元	100	0.8
手首	100	0.5

*手洗い前の汚れを100として手洗い後の数値を算出しています。

正しい手の洗い方



- 1 流水でよく手を濡らした後、せっけんをつけ、手のひらをよくこすります。
- 2 手の甲を伸ばすようにこすります。
- 3 指先・爪の間を念入りにこすります。
- 4 指の間を洗います。
- 5 親指と手のひらをねじり洗います。
- 6 手首も忘れずに洗います。

*厚生労働省ホームページ掲載の方法。すすぎは30秒を目安にすると、しっかりと菌を落とすことができます。

これも知っておきたい!

「次亜塩素酸ナトリウム」と「次亜塩素酸水」の違いは何？

「次亜塩素酸ナトリウム」は塩素系漂白剤の主成分です。強い漂白作用と殺菌作用があり、皮膚を溶かすほど人体への刺激が強いもの。対して、「次亜塩素酸水」は塩酸や食塩水を電気分解して作られるもので、無臭で人体への影響が少ないと言われています。「次亜塩素酸水」は、アルコールでは死滅しにくい菌やウイルスに対して効果があるので、手などの消毒におすすめです。