

# 手指消毒

手洗いによる、ウイルス除去は必須ですが、手洗いで除去しきれないウイルス除去や手洗いの出来ない状況下でのウイルス除去に消毒液が有効です。アルコール手指消毒液は品薄のため入手できないので、代替品として弱酸性次亜塩素酸水を事業所に用意しました。

手に触れても、口に入ってしまったとしても安全でありながら、ウイルスや食中毒の原因菌に抜群の効果を持った除菌・消臭水です。

スプレーボトル等をお持ちの方は各自事業所にて充填し、援助の前後にご活用ください。  
(ヘルパーの人数分の遮光スプレーボトルを発注済ですが納品待ちの状況です。)

# うがい

ウイルスを持ち込まないために、うがいも効果的です。

うがいをせずに援助を開始したとクレームがある一方、洗面所でうがいされるのは不快というクレームがあるなど、利用者によっても反応は様々です。公社から利用者へ感染症拡大防止に関わるお願いを電話や文書で発信しているので、利用者の了解が得られる場合は、是非うがいを行ってください。手でうけて行ううがいは不衛生なので、ペットボトルにうがい用の水を入れ持ち歩くのがお勧めです。

## ☆ 感染対策のうがい ☆



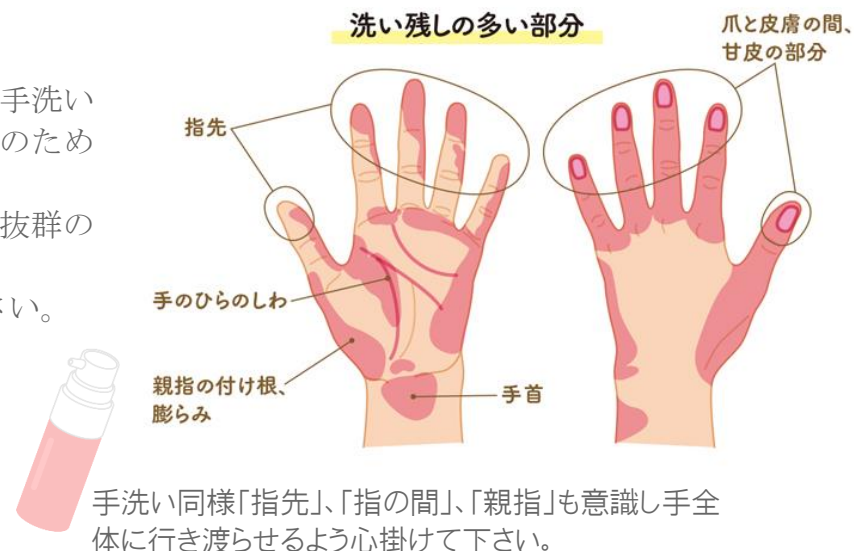
1. うがい液を口に含み、唇を閉じて頬の筋肉を動かし、「グチュグチュ」と行い、吐き出します。



2. もう一度うがい液を口に含み、上を向いて「オー」と発声してうがいをします。(声が震えはじめると、口蓋垂の奥へ届いている証拠です)



3. 冷たいうがい液が口中で温かく感じたら、吐き出してください。



手洗い同様「指先」、「指の間」、「親指」も意識し手全体に行き渡らせるよう心掛けて下さい。