

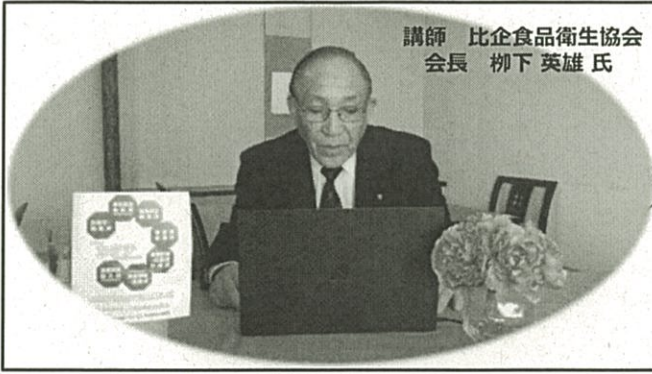
しんがた
新型コロナに負けない街づくり!
正しい手洗いしていますか?

講師 比企食品衛生協会会長 柳下 英雄 氏

- 1 今取り組んで
いただきたい感染症予防
- 2 感染症対策の基本は手洗いから
- 3 喫煙空間と感染リスク

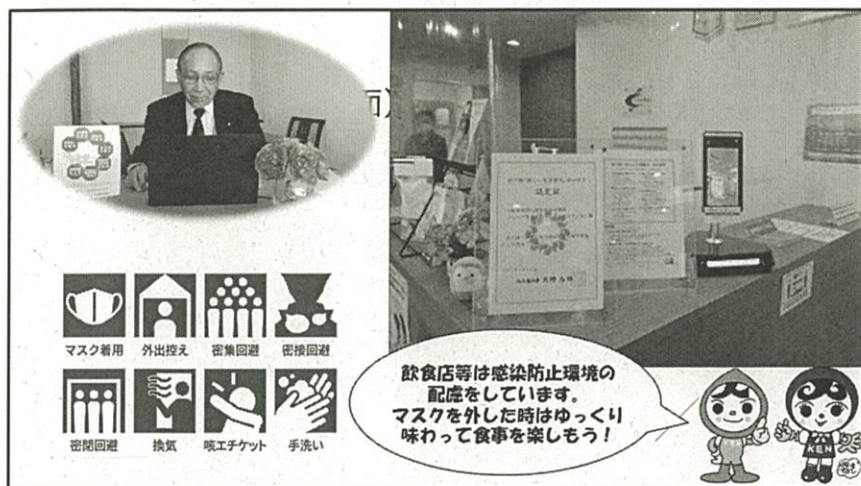


<サムネイル>



本日講習させていただきます、比企食品衛生協会長の柳下でございます。

本日は僭越ながら、当協会では日頃から実施しております手洗い講習が、先般から猛威を振るっております新型コロナウイルス他、感染症対策にも有効であることから、広く一般の方に手洗い講習を含むお話をさせていただきます。



さて、皆さまもすでにご存じのとおり、感染症対策は、誰かにやってもらうものではなく、自分自身でやらなければならないことです。。

どんなことに注意して生活していけばよいのか一緒に考えてみましょう。

はじめに、改めて知っていただきたい新型コロナウイルス感染症対策についてお話します。

今、飲食店においては「手洗い」「消毒」はもちろんのこと「パーテーションの設置」や「換気」を行っております。

安心して外食いただける環境整備に各店舗でできる事を取組んでおります。

知っていただきたい

新型コロナウイルス感染症の

感染経路と対策

飛沫感染（マスクをしない時に発生）

⇒「パーテーション設置」
「個別に盛付」
「食事時の会話を控えていただく」

接触 ⇒「手洗い」「消毒」

★ 食べるときは味わい、マスクをしてから会話をしましょう。★

家庭内でも参考に是非実践ください。



新型コロナウイルス感染症の感染経路は、主に飛沫感染と接触感染だといわれております。

皆さまマスクをつけての生活はすっかり定着してきているかと思いますが、「マスクを外した時」に飛沫感染リスクが生じます。

マスクを外す場面ということ、食事や喫煙の場面ですかね。

食事を楽しむことも大切ですが、今、改めて私たちが取組むべきことは飛沫感染の防止が大変重要です。具体的には、

同じ食べ物を共有したり、飲み物のコップ及び食器を共有しない事。大皿の盛り付けの際は、取り分ける箸を必ず設けたり、個々に銘々皿として盛り付ける等の配慮が必要と言われています。

また、食事を食べるときは、よく味わって静かに食べていただき、食後にマスクをしてから会話を楽しんでいただければと思います。

家族や友人の食事場面での感染症予防として参考にさせていただければ幸いです。



続いて、感染症対策の基本である「手洗い」のお話をさせていただきます。

まずは「アルコール」と「手洗い」についてです。昨秋以降、消毒液が広く再販されたのち、町中いたるところにアルコールスプレーが配置され、いつしかアルコール消毒が万能であるように思ってしまったのではないでしょうか。もちろんアルコールは新型コロナウイルスを含むいくつもの感染症の消毒に大変有用です。しかし、手が汚れている状態などでは、消毒の効果は弱まります。

重要なのは、何か一つで解決しようとするのではなく、いろいろなことをまんべんなく、一定の水準を維持することではないでしょうか。



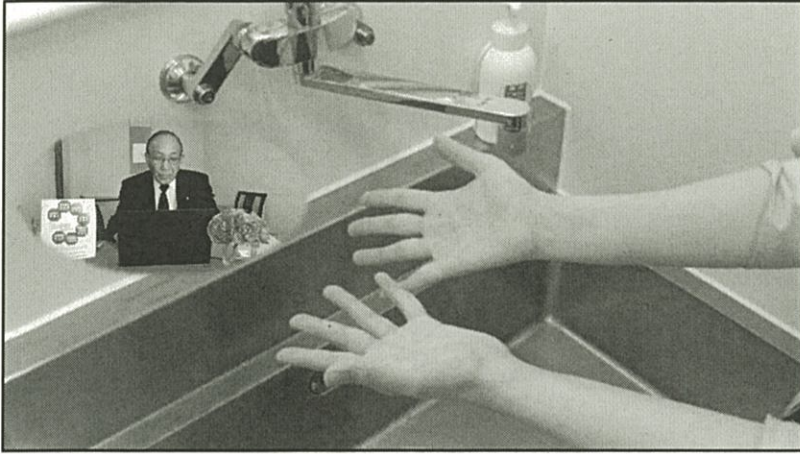
私ども比企食品衛生協会では、通常、食品等事業者と呼ばれる飲食店等の営業者に、食中毒予防の啓発を行っています。食中毒もウイルスや細菌の感染症により引き起こされるもので、「つけない」「ふやさない」「やっつける」を合言葉に、食中毒の追放を日々目指していますが、その中でも手洗いは特に重要で、飲食店などでは、手を洗う専用のシンクが設備基準となるほど、手洗いは特別なものです。

さて、皆さんは手洗いをするときにどんなことを考えていますか。当たり前のことですが、ぜひ、「手は平らでない」、「手は複雑な形をしている」、「手は洗にくいものだ」と改めて考えてみてください。



飲食店の従業者向けに当協会で講習をするときには、試薬を使って、手の洗えていない場所を実際に視覚で確認してもらいます。そうすると、大体の方が握力の関係で「利き手」に多く汚れが残っています。また、一生懸命洗っているようでも、へこんでいる「掌の真ん中」も汚れが残りがちです。また、手全体では、手の中央より「指先」に近い方、小指側より「親指側」に汚れが多く残っている傾向があります。手首を洗っていない人も多く見受けられます。

コロナ禍で実際にこの試薬をお使いいただけないのはとても残念ですが、多くの方が手の同じ場所に同じように汚れが残っています。ご自身の手は洗いにくいものだと再認識いただき、先ほどお話した、「利き手」「掌の真ん中」「指先」「親指側」「手首」の5点を集中的に洗うようにして、効果的な手洗いを実施しましょう。

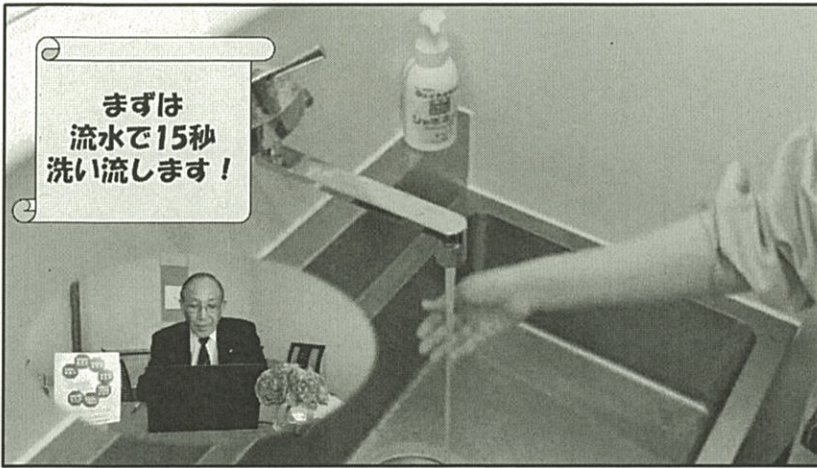


それでは、正しい手洗いの方法について更に勉強していきましょう。

まず、手を洗う前に、指輪や時計は外しましょう。

日頃から爪は短く切りましょう。

袖は肘くらいまでまくりましょう。



続いて。まずは手を流水で15秒流しましょう。

初めからせっけんに頼りがちですが、この流水で十分に手を流すというのはとても重要なことです。手洗い前にはだいたい、雑菌が100万個くらいいつているといわれていますが、しっかりと流水で手を流すことで、1万個くらいまで減らすことができます。

また、時計の秒針などを効果的に利用しましょう。心の中で数えるのも方法の一つではありますが、次の用事を考えていたりすると、不正確かもしれません。



10

次にここでせっけんの登場です。

よく泡立て、指先や指の間、手首までしっかり洗い、よくすすぎましょう。

時間としてはせっけんで10秒もみ洗いして、15秒すすぎ洗いするのが理想です。

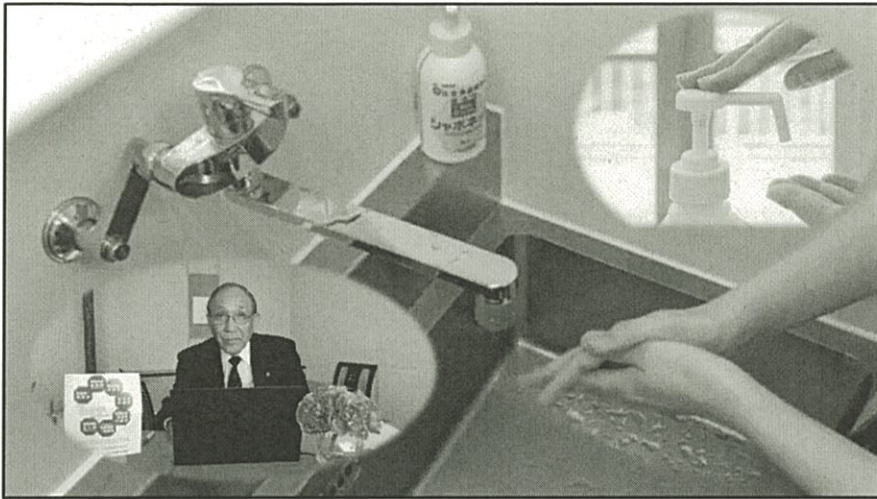
さて、それではもう一度せっけんを手に付け、10秒もみ洗いして、15秒すすぎ洗いしましょう。



11

「先ほどやった」、とは言わずに、ここでもう一度洗う「2度洗い」が、今、食品衛生の世界ではスタンダードになりつつあります。

科学的なデータでも、1回だけ60秒間もみ洗いして15秒すすぎ洗いするよりも、10秒もみ洗いして、15秒すすぎ洗いを2回繰り返す方が高い手洗い効果を示すことが実証されています。



12

すすぎ洗いが終わったら、ここで清潔なハンカチかペーパータオルでしっかりと手を拭き乾燥させましょう。

なお。複数人で同じタオルを使うことは避けていただきたいと思います。

手を十分乾燥させた後、アルコール消毒を行うと、とても効果的に消毒を行うことができます。



いかがでしたか。

毎日当たり前に様にやっている手洗いも、このように模範的な手洗いはなかなかできていないのではないのでしょうか。

外から帰ってきたとき、トイレに行った後、ご飯を食べる前等しっかりと手洗い習慣をつけて、自分の手は常に清潔に保ちましょう。

手荒れが気になる人は、ハンドクリームを持ち歩いているかもしれません。これは新型コロナウイルス対策というわけではないですが、手荒れは、黄色ブドウ球菌食中毒の原因となります。アルコール消毒薬が多用され、いつになく手が荒れている人もいないのでしょうか。手洗い後は食中毒予防のためにも、保湿ケアも忘れずにしましょう。

喫煙可能室に係る標識

⑥喫煙可能室標識（全部の場合）

喫煙可能店
Smoking area

20歳未満の方は立ち入れません。
【喫煙】には、加熱式たばこも喫うことが含まれます。
埼玉県

喫煙空間と感染リスク

喫煙空間は受動喫煙だけでなく、
会話による飛沫感染のリスクも！！

14

私たち人間は、いくつかの場合で、このマスクを外すタイミングがあります。

それは飲食と喫煙です。私どもの比企食品衛生協会の会員店舗においても、この飲食時の飛沫防止対策として、様々な区画や距離を保つ等のソーシャルディスタンスの対策を実施されております。

喫煙時についても、喫煙場所でおしゃべりしない事が、飛沫感染の予防には大事です。

飲食店等は、令和2年4月に施行されました改正健康増進法により、飲食店等は原則屋内の喫煙が禁止されています。「喫煙できる」飲食店等は、入口に「店内喫煙が可能で、20歳未満の立ち入りが出来ません」という御覧のステッカーの掲示が必ず必要です。

埼玉県認証  **望まない受動喫煙の防止**

受動喫煙防止対策実施施設



屋内禁煙
No Smoking
「禁煙」には、
加熱式たばこも含まれます。

彩の国埼玉県 Saitama Pref.
Kobaton



**飲食店等は原則屋内禁煙
に取り組んでいます！**

15

「店内または敷地内全体が喫煙できない」お店は「禁煙」のステッカーを掲示しております。

このステッカーは、本来は受動喫煙を防止とした掲示ではありますが、喫煙されない方は不用意に喫煙という感染リスクの高まる空間にお入りにならないためにも、ぜひご参考にいただければと考えます。

喫煙者の皆さまも、法令上は店内喫煙が可能な店であっても、感染機会低減のため、定められた屋外の喫煙所がある場合は、屋外の喫煙所を周囲の方と十分な距離を取って、「望まない受動喫煙が生じない」煙の流れを配慮いただきつつ、積極的にご活用ください。

「安心して」
食事を楽しんで
いただくために



春秋集合
検便済

製品自主
検査済

許認可
検査済

講習会
受講済

管理計画
記録簿
作成済

賠償保険
加入済

生息確認
・脱除済

比企の
カタチ

やらなければならないことを明確にし、そして自動・手動で
食品等取扱いに結び付ける。すべとされる比企の自主管理

「比企のカタチ」で食品事故ゼロ宣言。

比企食品衛生協会 * 埼玉農業協同会

16

ステッカーつながりではありますが、現在比企食品衛生協会では、「比企のカタチ」プロジェクトを推進しております。

年々難しくなる食品等事業者が実施すべき事柄を7つに視覚的に体系化し実施することで、抜けなく法令を遵守し、その結果他の地域よりも高い食品衛生の水準に躍進することを目標としております。ぜひこの比企のカタチのステッカーが掲示されたお店で、お食事等お楽しみいただければと思います。

本日は様々なお話をさせていただきました。私はYouTubeでの講習会は、これが初めてではございますが、このような媒体での講習会は、必要なところが何度でもご覧いただけたところにメリットがあるものだと考えております。

本日の講習が皆様のこれからの生活の一助となりましたら幸いです。ご清聴ありがとうございました。