

飲食店などへのバイトにしている…  
保育園、学校などへスクールサポートにしている…  
高齢者、障害施設などへ介護実習に行く…などの方は、必見！



## 0-157 はこうして防ぐ！

奈良教育大学 保健管理センター

0742-27-9138

### その1 手洗いは 感染予防の第一歩

- 排便後、調理前、食事前には十分な手洗いを。特に小さ子どもの排便後、帰宅後の手洗いは習慣をつけましょう。
- 下痢をしている子どもや高齢者のお世話をした後は石けんで丁寧に手を洗いましょう。

### その2 台所での注意ポイント

- 食品はよく洗って食べましょう。
- 肉などの生ものと野菜などと同じまな板は使わない。
- 生ものはわずかな時間でも冷蔵庫に入れましょう。
- 冷蔵庫、冷凍庫を過信しないようにしましょう。
- 調理器具（まな板、包丁、はしなど）を食品ごとによくあらう。フキンやスポンジも清潔にしましょう。

てをあらおう



### その3 下痢をしている人がいたら

- まずはすぐに医療受診をすすめましょう。
- 下痢をしている人の便を処理する時は、必ずゴム手袋を使用しましょう。
- 下痢をしている人の衣服は、家族と別にして洗濯し家庭用漂白剤にひたしてから洗濯し、天日で十分に乾かしましょう。
- 下痢をしている人は、入浴せずにシャワーにするか、一番最後にお風呂にはいりましょう。混浴をしない、バスタオルは共有しないようにしましょう。