



# 東公民館

## だ よ り

2020年 5月15日発行

発行:東公民館

〒376-0307

みどり市東町花輪205-1

電話 :0277-97-2721

FAX :0277-97-2424

### 東町人口【2020.4月末】

男	女	合計	増減(前月比)	世帯数
858	978	1,836	2	893

### お知らせ



東公民館は、新型コロナウイルス感染拡大防止の為、当面の間、休館とさせていただきます。

また、公民館主催講座（寿大学、夏休み青少年事業など）は9月末まで中止となります。

大変ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解とご協力のほど、宜しくお願い致します。

みどり市マスコットキャラクターみどモス



### 東公民館図書室からのお知らせ

東公民館図書室は、当面の間休館となります。  
移動図書も当面の間お休みとさせていただきます。



### ～童謡ふるさと館～

#### 童謡ふるさと館は休館中です

開館時間 午前9時～午後5時(入館は4時半まで)  
 休館日 毎週月曜日(祝休日の場合は開館 翌日休館)  
 祝日の翌日(祝日の翌日が土・日の場合は開館)  
 お問い合わせ みどり市童謡ふるさと館 0277-97-3008

裏もぜひご覧ください

消毒液の作り方、簡易マスクのつくり方を掲載しております。

新型コロナウイルスを含む感染症の予防対策の基本は、「手洗い」や「マスク着用を含む咳エチケット」です。

石けんでの正しい手洗いと  
アルコールによる手指消毒は

同じ効果があります



帰宅時や調理の前後、食事前に

**①手洗い** **正しい手の洗い方**

手洗いの前に  
・爪は短く切っておきましょう  
・時計や指輪は外しておきましょう

- 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。
- 手の甲をのばすようにこすります。
- 指先・爪の間を念入りにこすります。
- 指の間を洗います。
- 親指と手のひらをねじり洗います。
- 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

多くの人が触る箇所は、  
次亜塩素酸ナトリウムやアルコールで消毒を

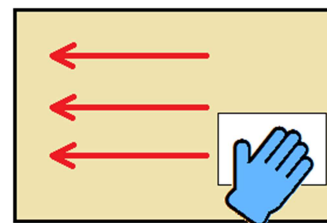
次亜塩素酸ナトリウムを  
使った消毒液の作り方 **手指消毒には使えません。**

新型コロナウイルスをはじめとするウイルス類は、次亜塩素酸ナトリウムを使った消毒液で消毒できます。ほとんどの製品は市販されているままでは、濃度が濃いので必ず薄めて使いましょう。(薄め方は下表参照)

基本の使い方

- ①下表を参考に次亜塩素酸ナトリウムの原液を薄める。
- ②ふきんやペーパーなどに浸し、水気がたれない程度にしぼる。
- ③右下のイラストのように、ゴム手袋などをして一方向にふく。
- ④10分ほどたったら、水ふきをする。

ウイルスを広げないポイントは  
**一方向にふくこと!**



<次亜塩素酸ナトリウムの薄め方>

使用する場所	必要な濃度	原液濃度	薄め方
ドアノブ、手すり、テーブル、イス、調理器具、床などの清掃、消毒	0.02%以上	1%	原液 10ml + 水 500ml
		5%	原液 10ml + 水 2.5l
		6%	原液 10ml + 水 3l
不特定多数の人の咳やつばがついたところの消毒	0.05%以上	1%	原液 10ml + 水 200ml
		5%	原液 10ml + 水 1l
		6%	原液 10ml + 水 1.2l
おうとぶつ 嘔吐物や便が直接ついた衣類などの消毒	0.1%以上	1%	原液 10ml + 水 100ml
		5%	原液 10ml + 水 500ml
		6%	原液 10ml + 水 600ml

<参考>

原液濃度	商品名
1%	ミルトン®など
5%	ハイター®、ブリーチ®など
6%	ピューラックス®など

®は商標登録されていることを表すマークです。

注意!! 次亜塩素酸ナトリウムを使うときは

- ◆必ず窓を開けたり換気扇をつけて、換気に気をつけましょう。
- ◆肌が荒れやすい人はゴム手袋をしたり、使用後はハンドクリームをつけてケアをしましょう。
- ◆消毒後、10分くらいたったら水ふきをしましょう。特に金属面や塗料が塗ってある面は念入りに水ふきを。
- ◆次亜塩素酸ナトリウムに汚れを落とす洗浄効果はありません。調理器具は洗剤で洗ってから、消毒をしましょう。
- ◆薄めた次亜塩素酸ナトリウムは時間がたつと効果が落ちることも考えられます。その日のうちに使い切るようにしましょう。
- ◆漂白作用があるので、色落ちが気になる布製品などには使用しないでください。
- ◆市販の容器の注意点をよく読みましょう。
- ◆誤飲をしないよう、小さいお子さんなどの手が届かないところに保管しましょう。

簡易マスクの作り方 **口と鼻を覆うように付けましょう。**

<材料>

- 清潔で薄手の布【A】(ガーゼ、ハンカチなど) 40~45cmの正方形を1枚
- ゴム、伸縮包帯など伸び縮みするヒモ【B】 40~45cmを2本

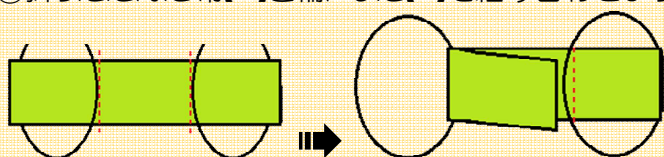
<作り方>

①布【A】が大きいなら4つ折り、小さめなら3つ折りにします。

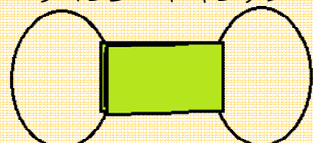


②耳にかけるヒモ【B】を輪にします。

③折たたんだ布【A】と輪にした【B】を組み合わせます。



④できあがり! 重ねた方を顔に当てて使います。  
ティッシュやキッチンペーパーを折って挟み込んで使用してもok!



使用後は右記の次亜塩素酸ナトリウムの消毒液に漬けて消毒しましょう。洗濯して使用できます。

対策本部事務局(みどり市健康管理課) ☎0277-76-2510