

## 簡易消毒薬の作り方と使用法

家庭で作れる簡易的な消毒薬の作り方を紹介します。ただし、市販品と同等の効果が期待できますが、あくまでも個人で使用する、緊急時・災害時などの代用品として考えてください。

アルコールは、ウイルス・細菌の外側の膜を壊すことで不活化します。ノロウイルスにはこの膜がないためアルコールは効果が限定的で、ノロウイルスは主に手指を介して口・鼻・目などの粘膜から感染するため、手洗いが最も効果的な予防策です。

### (1) 手指消毒用アルコール

手荒れ防止のため、アルコール使用後に保湿を心がける

材料 (約 500ml 分)

・無水エタノール：350ml

・精製水又は煮沸して冷ました水：150ml

※濃度約 70% (新型コロナ対策などで推奨される濃度)

作り方

1. (アルコール対応) スプレーボトルを用意。
2. 無水エタノールを 350ml 入れる。
3. 精製水を 150ml 加え、よく混ぜる。

使用法

スプレーボトルに入れ、スプレーして自然乾燥(すり込む)

使用期限(目安) 2 週間(密閉・冷暗所で保存) 消毒用エタノールを購入した方が安価です。ちなみに、通販サイトで無水エタノールは 1,000 円以上しますが、消毒用エタノールは 700 円程で購入できます。

### (2) 0.05%次亜塩素酸ナトリウム液

用途：ドアノブ、床、トイレの便座などの拭き掃除

材料 (約 500ml 分)

・市販の家庭用塩素系漂白剤 (次亜塩素酸ナトリウム濃度：約 5%) ハイター、ブリーチなど

・水：495ml

・漂白剤：約 5ml (小さじ 1 杯)

ペットボトル 500ml に直接つくって OK

作り方

1. 水 495ml に対して漂白剤 5ml を入れる
2. よく混ぜる。スプレーまたは拭き取りで使用

使用法

雑巾やペーパーに染み込ませて拭く・使用後は水拭きで仕上錆びるので金属には使わない・手や肌には使えない

使用期限(目安) 1 週間(光で分解されるので暗所で保存)

### (3) 0.1%次亜塩素酸ナトリウム液

用途：ノロウイルスの嘔吐物の処理

材料 (約 500ml 分)

・市販の家庭用塩素系漂白剤 (次亜塩素酸ナトリウム濃度：約 5%) ハイター、ブリーチなど

・水：490ml

・漂白剤：約 10ml（小さじ 2 杯）

ペットボトル 500ml に直接つくって OK

作り方

1. 水 490ml に対して漂白剤 10ml を入れる
2. よく混ぜる
3. スプレーまたは拭き取りで使用