横浜市総合保健医療財団通信

ホット ほっと

Vol.41

特集　感染対策の基本を振り返ろう！

ご自由にお持ちください



横浜市総合保健医療財団の感染対策について

当財団では感染対策の一環として、毎年８～９月に手洗い＆手指消毒訓練、10～11 月に感染症対策研修演習を実施しています。令和７年度は、６年度に引き続き公益財団法人神奈川県看護協会危機管理課の感染管理認定看護師でいらっしゃる吉村靖史氏を講師としてお迎えし、「これで吐物処理もばっちり」と題した講義＆吐物処理の演習を実施しました。当日は、看護部・診療部・地域精神保健部・総務部と現場職員から事務方までが参加し、基本的な知識を学びなおすとともに、安全な吐物処理方法を学ぶ機会となりました。



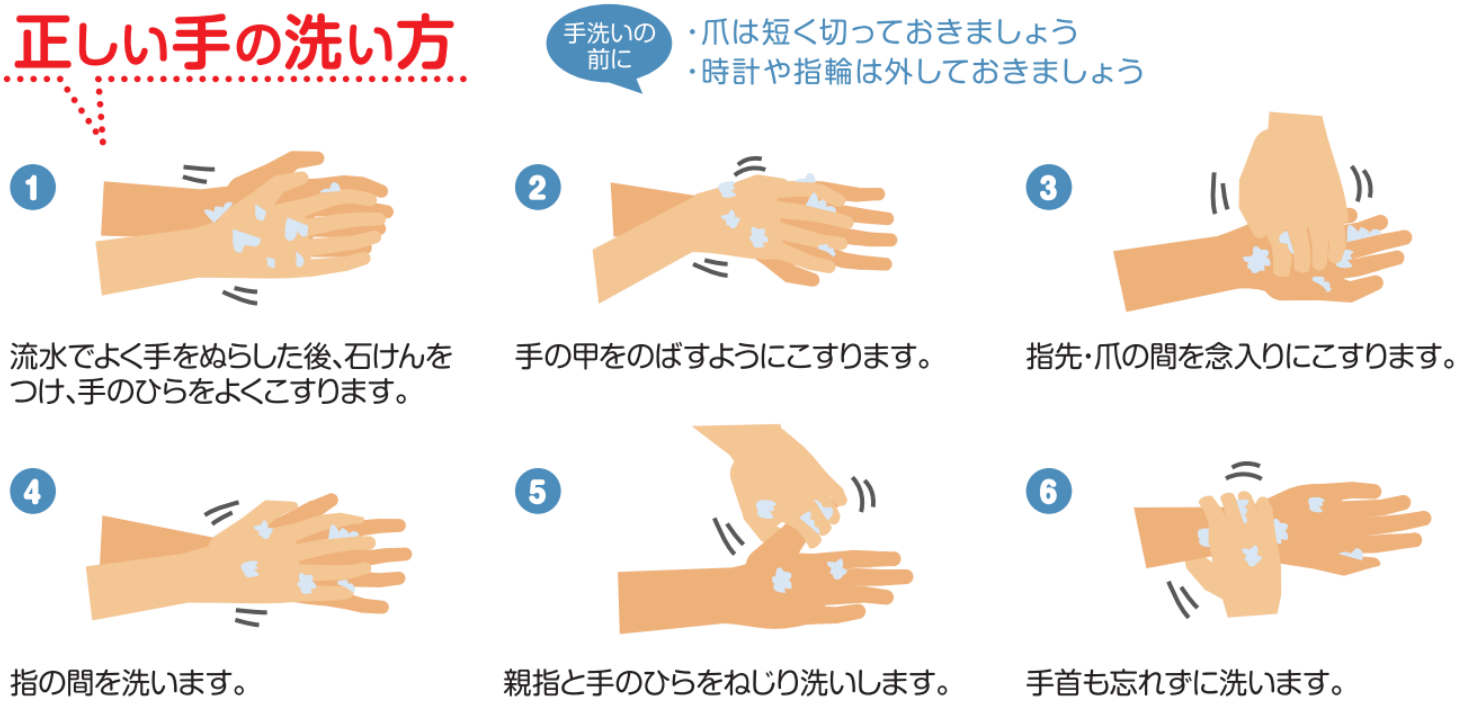


特集　感染対策の基本を振り返ろう！

正しい手洗いとうがいの方法を確認してみましょう。

感染症予防には、手洗いとうがいがとても重要です。自分自身と大切な人を感染症から守るために、改めて正しい手洗いとうがいの仕方を確認しましょう。　出典：厚生労働省「感染症対策へのご協力をお願いします（ポスター）」を加工作成

（1）正しい手洗い



（2）正しいうがい



①まずブクブクうがい（口内）で汚れを吐き出し、②その後ガラガラうがい（のどの奥）を 2~3 回繰り返すのが効果的です。帰宅時や人混みに行った後、のどの乾燥を感じた時に行うと、ウイルスや菌の侵入を未然に防ぎ、喉の乾燥を防ぐ効果が期待できます。

日々の積み重ねが重要です。この機会に是非見直してみましょう。

本誌に掲載されている内容の無断転載・転用及び複製等の行為はご遠慮ください。

お問合せはこちらから

横浜市総合保健医療財団

横浜市総合保健医療センター　総合相談室

月曜日 ～ 金曜日　8：45 ～ 17：15

（祝日・年末年始を除く）

TEL：045（475）0103

横浜市総合保健医療センター
ホームページ

https://yccc.jp

ホームページの
「お問い合わせ」画面から
問い合わせいただけます