

新型コロナウイルス対策 身のまわりを清潔にしましょう。

石けんやハンドソープを使った
丁寧な手洗いを行ってください。



手洗い		残存ウイルス
手洗いなし		約 100 万個
石けんや ハンドソープで 10 秒もみ洗い後 流水で 15 秒すすぐ	1 回	約 0.01% (数百倍)
	2 回 繰り返す	約 0.0001% (数万倍)

手洗いを丁寧に行うことで、十分にウイルスを除去できます。さらにアルコール消毒液を使用する必要はありません。

(資料元: 感染症学雑誌, 89: 496-500, 2006 年から作成)

うがい・手洗い・マスク!

日本が他国と比較して新型コロナの流行を抑制できている理由の一つに、衛生に対する高い意識が挙げられます。

マスクを着用する「もらわない・移さない」対策は街中でも見られますが、うがい・手洗いは出来ますか?改めて見直してはいかがでしょうか?

また、周囲の物に付着したウイルスから感染する事例もあります。小まめな消毒も効果的です。消毒には身近にある熱水や塩素系漂白剤の方が、最近手に入りにくいアルコールより効果があるそうです。

食器・手すり・ドアノブなど身近な物の消毒には、アルコールよりも、熱水や塩素系漂白剤が有効です。

(新型コロナウイルスだけでなく、ノロウイルスなどにも有効です)



食器や箸などは、80℃の熱水に10分間さらすと消毒ができます。
火傷に注意してください。



濃度 0.05% に薄めた上で、拭くと消毒ができます。

※目や肌への影響があり、取り扱いには十分注意が必要です。
※必ず製品の注意事項をご確認ください。
※濃度は原液することがあります。

※画像は厚生労働省発行のチラシより引用

堤じゅん太活動報告



室内でできる軽い運動
基本的な運動 編

▲4月16日 自粛中の室内運動を勧める動画作成



▲4月24日 水信玄餅を試作



▲5月11日 医療関係者を応援しブルーライトアップ



▲6月11日～30日 京都府議会6月定例会



▲6月26日 劇的なビフォー・アフター

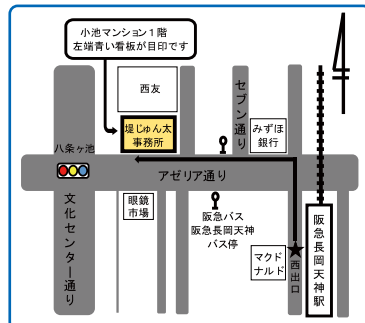


▲7月20日 夏の交通事故防止府民運動スタート式

堤じゅん太プロフィール

1978年6月25日生まれ
 京都大学 総合人間学部 自然環境学科 卒業
 長岡京市の民間企業 勤務
 2009年 長岡京市議会議員 初当選
 2015年 京都府議会議員選挙初当選より現在2期目
 ・府民環境・厚生常任委員会
 ・持続可能な地域社会に関する特別委員会 所属
 趣味: 料理・旅行・茶道・謡

このポスターが目印



お知らせ

新型コロナウイルス感染症流行のため、今年度の府政報告会～堤じゅん太と一歩一歩～の開催を中止致します。今後改めて府政報告会の場を用意致します。どうか堤じゅん太の活動に御注目頂きますようお願い申し上げます。

堤じゅん太事務所

〒617-0823
 京都府長岡京市長岡2丁目2-9 小池マンション南棟1-A
 TEL: 075-323-7890 FAX: 075-323-7430
 E-mail: info@t-junta.com

ご相談はお気軽に堤じゅん太事務所まで