

NPO 法人地域福祉会 ああす 職員のみなさまへ

2021.1.12(火)

コロナ感染対策についての周知と徹底のお願い

皆さんで感染予防・感染拡大防止のために確認しましょう。

【1】一人ひとりの基本的感染対策

- ① 身体的距離の確保 ② マスクの着用 ③ 手洗い

【2】日常生活を営む上での基本的生活様式

- ・まめに手洗い・手指消毒
- ・咳エチケットの徹底
- ・こまめに換気（エアコン併用で28度以下に）
- ・身体的距離の確保
- ・3密の回避（密集・密接・密閉）
- ・一人ひとりの健康状態に応じた運動・食事、禁煙等、適切な生活習慣の理解・実行
- ・毎朝の体温測定、健康チェック
- 発熱または風邪症状がある場合は無理せず自宅療養

【3】日常生活の各場面別の生活様式 資料参照

【4】働き方の新しいスタイル 資料参照

「新しい生活様式」の実践例

(1) 一人ひとりの基本的感染対策

感染防止の3つの基本：①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い

- 人との間隔は、できるだけ2m（最低1m）空ける。
 - 会話をする際は、可能な限り真正面を避ける。
 - 外出時や屋内でも会話をするとき、人との間隔が十分とれない場合は、症状がなくてもマスクを着用する。ただし、夏場は、熱中症に十分注意する。
 - 家に帰ったらまず手や顔を洗う。
人混みの多い場所に行った後は、できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
 - 手洗いは30秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗う（手指消毒薬の使用も可）。
- ※ 高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

移動に関する感染対策

- 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。接触確認アプリの活用も。
- 地域の感染状況に注意する。

(2) 日常生活を営む上での基本的生活様式

- まめに手洗い・手指消毒 咳エチケットの徹底
- こまめに換気（エアコン併用で室温を28℃以下に） 身体的距離の確保
- 「3密」の回避（密集、密接、密閉）
- 一人ひとりの健康状態に応じた運動や食事、禁煙等、適切な生活習慣の理解・実行
- 毎朝の体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養



(3) 日常生活の各場面別の生活様式

買い物

- 通販も利用
- 1人または少人数ですいた時間に
- 電子決済の利用
- 計画をたてて素早く済ます
- サンプルなど展示品への接触は控えめに
- レジに並ぶときは、前後にスペース

娯楽、スポーツ等

- 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- 筋トレやヨガは、十分に人との間隔を
もしくは自宅で動画を活用
- ジョギングは少人数で
- すれ違うときは距離をとるマナー
- 予約制を利用してゆったりと
- 狭い部屋での長居は無用
- 歌や応援は、十分な距離かオンライン

公共交通機関の利用

- 会話は控えめに
- 混んでいる時間帯は避けて
- 徒歩や自転車利用も併用する

食事

- 持ち帰りや出前、デリバリーも
- 屋外空間で気持ちよく
- 大皿は避けて、料理は個々に
- 対面ではなく横並びで座ろう
- 料理に集中、おしゃべりは控えめに
- お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避けて

イベント等への参加

- 接触確認アプリの活用を
- 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

(4) 働き方の新しいスタイル

- テレワークやローテーション勤務 時差通勤でゆったりと オフィスはひろびろと
- 会議はオンライン 対面での打合せは換気とマスク

※ 業種ごとの感染拡大予防ガイドラインは、関係団体が別途作成

新型コロナウイルスの感染拡大防止にご協力をおねがいします

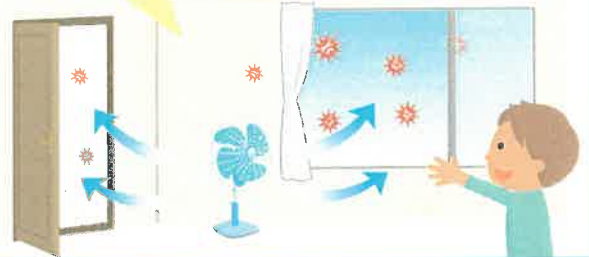
「密閉」「密集」「密接」しない!

●「ゼロ密」を目指しましょう。屋外でも、密集・密接には、要注意!

他の人と
十分な距離を取る!



窓やドアを開け
こまめに換気を!



屋外でも密集するような
運動は避けましょう!

少人数の散歩や
ジョギングなどは大丈夫



飲食店でも距離を取りましょう!

- ・ 多人数での会食は避ける
- ・ 隣と一つ飛ばしに座る
- ・ 互い違いに座る



会話をするときは
マスクをつけましょう!



電車やエレベーターでは
会話を慎みましょう!



～新型コロナウイルス感染症が心配な時～

「風邪のような症状」「37.5℃以上の発熱」がある



(一般の方)症状が4日以上続く場合

(高齢・基礎疾患がある・妊婦の方)
症状が2日程度続く場合

不安に思う方



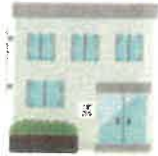
微熱や軽い咳が続いている

感染したかもしれないと不安

「強いだるさや息苦しさ」がある方

上記とあわせてにおいや味がない・下痢・吐き気

かかりつけ医に電話相談



直接病院へ行くのは
避けましょう!!

帰国者・接触相談センターに電話(24時間対応)

【神戸市保健所】078-322-6829

兵庫県コールセンターに電話(24時間対応)

078-362-9980

かぜ症状・嗅覚味覚障害



発症～1週間程度

80%

軽症のまま治癒

呼吸困難、咳・痰



1週間～10日

20%

肺炎症状が増悪し入院

人工呼吸管理など



10日以降

5%

集中治療室へ
2-3%で致命的

発症

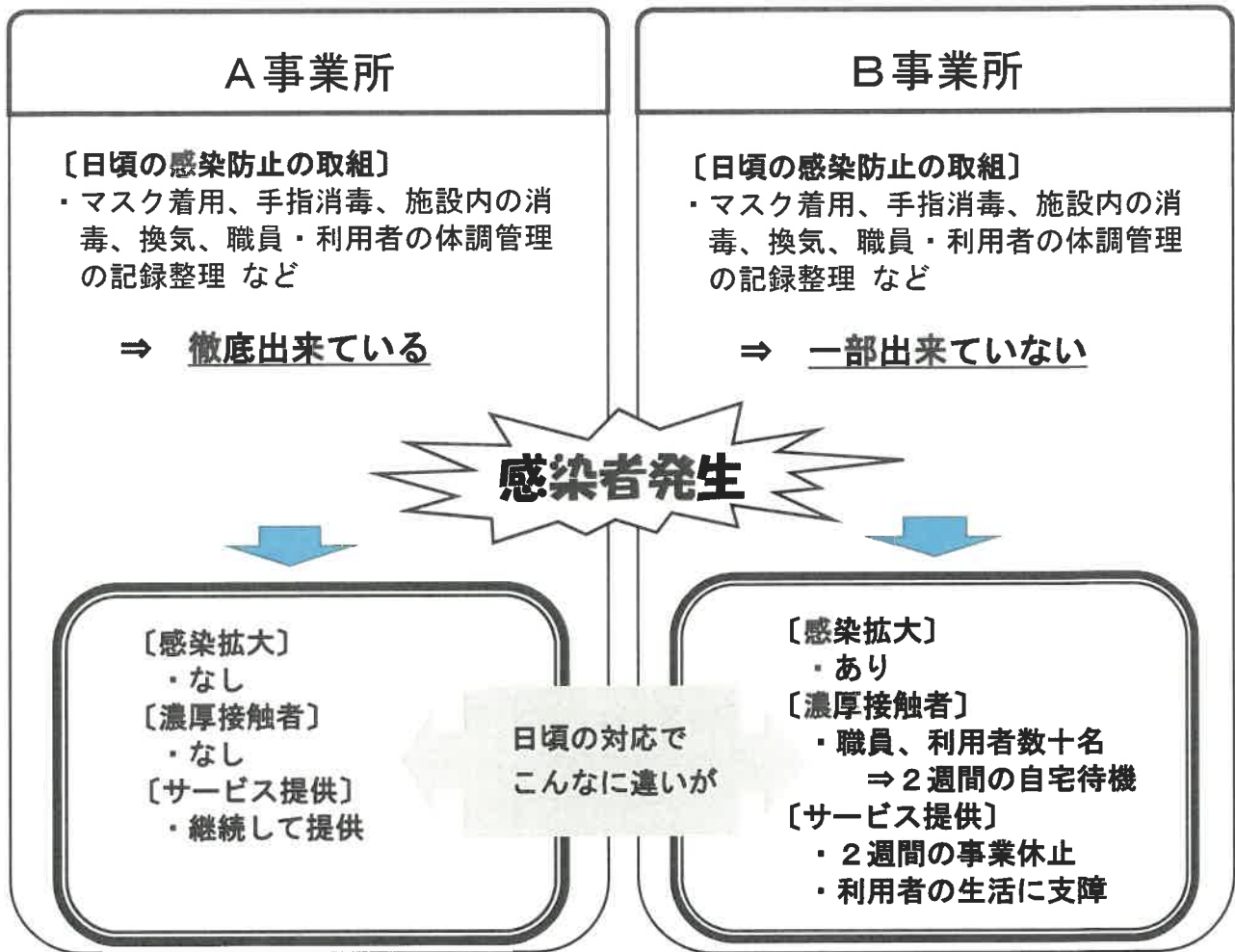
1週間前後

10日前後

新型コロナウイルス感染拡大防止の徹底

神戸市内の、高齢者、障害者の社会福祉施設等で感染者が発生し、一部の事業所では感染が拡大しています。万一発生した場合、日頃の対応が十分でなければ、事業休止等により利用者の生活に支障が生じます。

改めて、万全な感染防止対策を徹底してください。



●感染防止の3つの基本の再徹底

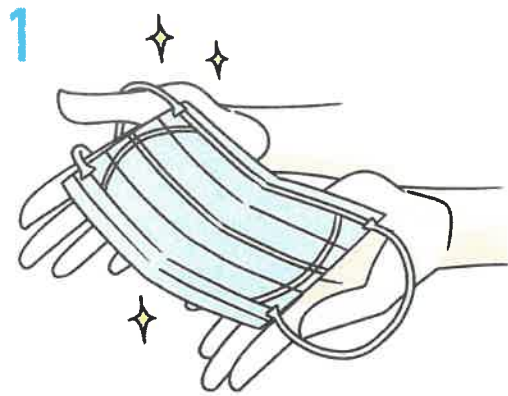
①手洗い②マスクの着用③身体的距離の確保「3密（密集、密接、密閉）」を避けること。特に手洗いやマスクの着用は正しい方法で実施いただきますよう、利用者・職員への周知徹底をお願いします。

※「訪問介護職員のためのそうだったのか！感染対策」（厚生労働省 YouTube）
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_00089.html
（施設対象の動画も別途掲載されています。）

マスクは鼻・頬・あごをしっかり覆いましょう

マスクを正しく着用できていますか？

マスクのつけ方を見直しましょう!!



マスクをつける前・触った後は、手洗い・手指消毒を行いましょう！
マスクは清潔な手で扱きましょう。また使用中・使用後のマスクの表面・裏面にはたくさんのウイルス・細菌が付いています。



鼻の部分の針金を鼻の形に合わせていない

鼻まわりのすきまからウイルス等が入ってしまいます。



口だけを覆い鼻は出ている

鼻からウイルス等が入ってしまいます。



着用していたマスクをあごにかける

あごに付着していたウイルス等がマスクの内側についてしまいます。自分のしぶき（飛沫）が周囲に飛散します。



ゴムひもがゆるい

顔まわりのすきまからウイルス等が入ってしまいます。

チェックしてみよう！
間違ったマスクのつけ方をしていませんか？

て しっかり手をあらおう

1. て みず 手を水でぬらして せっ 石けんをあわだてる

2. て 手のひら

ゴシゴシ

1、2、3、4、5



3. て こう 手の甲

のばすように

1、2、3、4、5



4. ゆびのあいだ

こすりあわせて

1、2、3、4、5



5. ゆびさき・つめ

て 手のひらに

まるをかくように

1、2、3、4、5



6. おやゆび

ねじりあらい

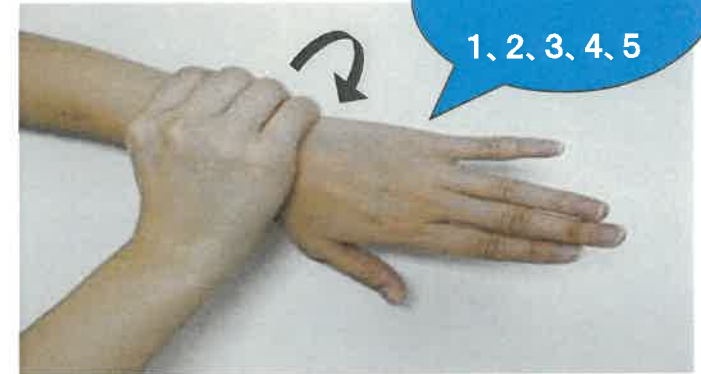
1、2、3、4、5



7. て 手くび

わすれずに

1、2、3、4、5



びょう みず
15秒いじょう水でながして

8. せいけつ こじん ペーパータオルや清潔な個人の
タオルでふく

こうべしほけんじょ
神戸市 保健所



参考
(略)

(「医療機関における新型コロナウイルス感染症への対応ガイド(第2.1版)」より抜粋)

表1 医療従事者(注1)の曝露のリスク評価と対応

新型コロナウイルス感染症患者と接触したときの状況(注2)	曝露のリスク	健康観察の方法(注7) (最後に曝露した日から14日目まで)	無症状の医療従事者に対する就業制限
マスクを着用している新型コロナウイルス感染症患者と長時間(注5)の濃厚接触あり(注6)			
医療従事者のPPE:着用なし	中リスク	積極的	最後に曝露した日から14日間の就業制限
医療従事者のPPE:サージカルマスクまたはN95マスクの着用なし	中リスク	積極的	最後に曝露した日から14日間の就業制限
医療従事者のPPE:サージカルマスクは着用しているが眼の防護なし	低リスク	自己	なし
医療従事者のPPE:ガウンまたは手袋の着用なし(注3)	低リスク	自己	なし
医療従事者のPPE:推奨されているPPEをすべて着用(N95ではなくサージカルマスクを着用)	低リスク	自己	なし
マスクを着用していない新型コロナウイルス感染症患者と長時間(注5)の濃厚接触あり(注6)			
医療従事者のPPE:着用なし	高リスク	積極的	最後に曝露した日から14日間の就業制限
医療従事者のPPE:サージカルマスクまたはN95マスクの着用なし	高リスク	積極的	最後に曝露した日から14日間の就業制限
医療従事者のPPE:サージカルマスクは着用しているが眼の防護なし(注4)	中リスク	積極的	最後に曝露した日から14日間の就業制限
医療従事者のPPE:ガウンまたは手袋の着用なし(注3)(注4)	低リスク	自己	なし
医療従事者のPPE:推奨されているPPEをすべて着用(N95ではなくサージカルマスクを着用)(注4)	低リスク	自己	なし

Interim U.S. Guidance for Risk Assessment and Public Health Management of Healthcare Personnel with Potential Exposure in a Healthcare Setting to Patients with 2019 Novel Coronavirus (2019-nCoV)2020年3月4日版をもとに作成

注1 医療従事者

ここでいう医療従事者とは、医療機関で勤務するすべての職員を指す。

注2 記載されているPPE以外のPPEは着用していたと考える。例えば「眼の防護なし」とある場合は、それ以外の推奨されるPPE(マスク、手袋、ガウン)は着用していたと考える。

注3 体位変換などの広範囲の身体的接触があった場合は中リスクと判断する。

問3 濃厚接触者とはどのような人でしょうか。濃厚接触者となった場合は、どんなことに注意すればよいでしょう。

濃厚接触者は、新型コロナウイルスに感染していることが確認された方と近距離で接触、或いは長時間接触し、感染の可能性が相対的に高くなっている方を指します。

濃厚接触かどうかを判断する上で重要な要素は上述のとおり、1. 距離の近さと2. 時間の長さです。必要な感染予防策をせずに手で触れること、または対面で互いに手を伸ばしたら届く距離（1 m程度以内）で15分以上接触があった場合に濃厚接触者と考えられます。

新型コロナウイルス感染者から、ウイルスがうつる可能性がある期間（発症2日前から入院等をした日まで）に接触のあった方々について、関係性、接触の程度などについて、保健所が調査（積極的疫学調査）を行い、個別に濃厚接触者に該当するかどうか判断します。接触確認アプリを利用いただくと、陽性者と、1 m以内、15分以上の接触の可能性のある場合に通知が行われ、速やかな検査や治療につながります。詳しくはこちらをご覧ください。

なお、15分間、感染者と至近距離にいたとしても、マスクの有無、会話や歌唱など発声を伴う行動や対面での接触の有無など、「3密」の状況などにより、感染の可能性は大きく異なります。そのため、最終的に濃厚接触者にあたるかどうかは、このような具体的な状況をお伺いして判断します。

濃厚接触者と判断された場合は、保健所の指示に従ってください。濃厚接触者は、感染している可能性があることから、感染した方と接触した後14日間は、健康状態に注意を払い（健康観察）、不要不急の外出は控えてください。

新型コロナウイルス感染症対策専門家会議では、対面で人と人との距離が近い接触が、会話などで一定時間以上続き、多くの人々との間で交わされる環境は感染を拡大させるリスクが高いとされています。新型コロナウイルス感染症対策専門家会議の意見はこちらをご覧ください。

また、速やかに感染者を把握する観点から濃厚接触者についても原則検査を行う方針としています。（<https://www.mhlw.go.jp/content/000635506.pdf>）

なお、検査結果が陰性となった場合であっても、感染した方と接触した後14日間は不要不急の外出を控えるなど保健所の指示に従ってください。

詳しくは、濃厚接触者と判断された際に、保健所から伝えられる内容を確認してください。

（2）感染者等が発生した場合の対応（発生時の対応） [リンクページ](#)

感染者や濃厚接触者が発生した場合には、保健所の指示に従うとともに、施設長や管理者は、介護施設・事業所として以下の対応を行う必要があります。濃厚接触者の定義は以下のとおりとなっています。

【濃厚接触者の定義】

「患者（確定例）」の感染可能期間（発症2日前～）に接触した者のうち、次の範囲に該当する者である。

- ☆ 患者（確定例）と同居あるいは長時間の接触（車内、航空機内等を含む）があった者
- ☆ 適切な感染防護なしに患者（確定例）を診察、看護もしくは介護していた者
- ☆ 患者（確定例）の気道分泌液もしくは体液等の汚染物質に直接触れた可能性が高い者
- ☆ その他：手で触れることのできる距離（目安として1m）で、必要な感染予防策なしで、「患者（確定例）」と15分以上の接触があった者（周辺的环境や接触の状況等個々の状況から患者の感染性を総合的に判断する）

（出典：国立感染症研究所 感染症疫学センター 「新型コロナウイルス感染症患者に対する積極的疫学調査実施要領」 <https://www.niid.go.jp/niid/images/epi/corona/2019nCoV-02-200420.pdf>）

訪問系

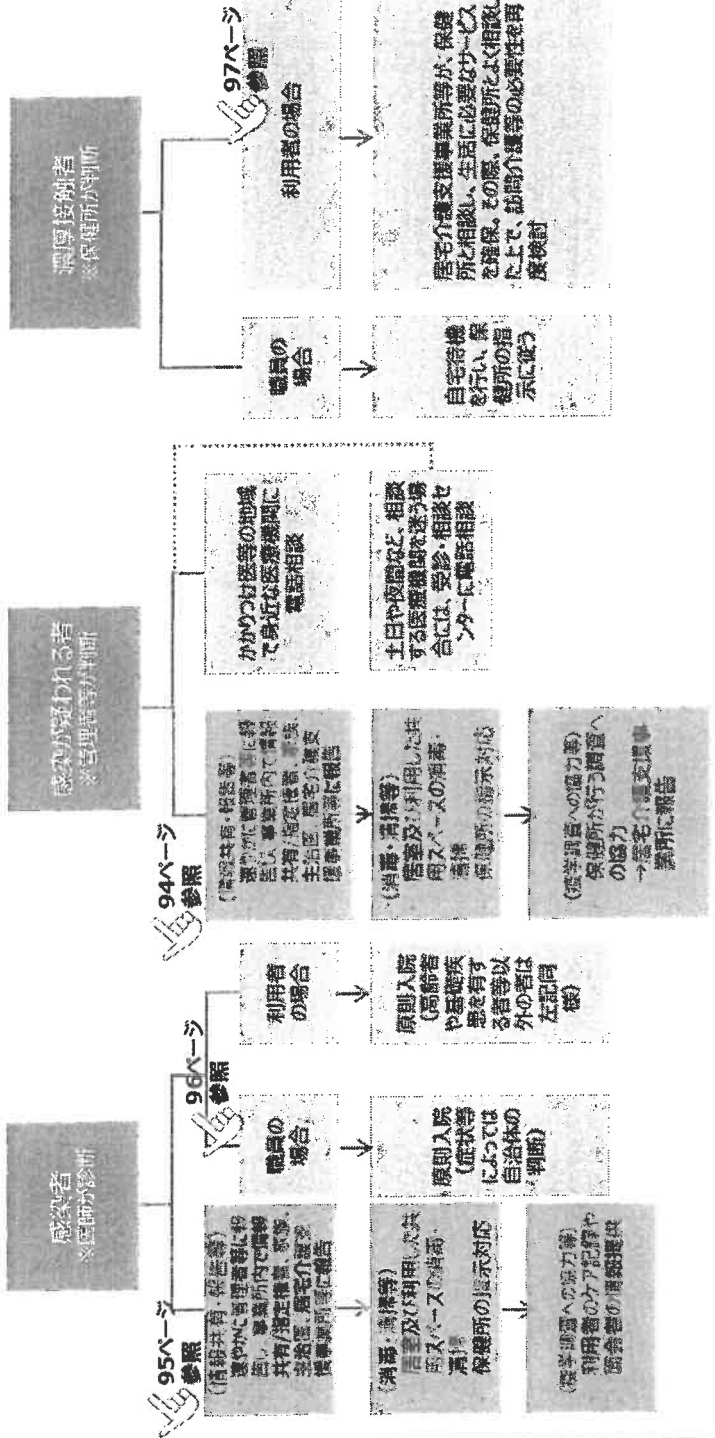
事業所等における取組
 89ページ参照
 (感染症対策の再徹底)
 ・日頃から利用者の健康の把握や変化の有無等に留意
 ・感染防止に向けた取組を職員が連携して推進
 ・及子通園への協力準備 (接触をリストラクチャリング)
 ・施設への立ち入り
 ・緊急やむを得ない場合は除き、副園長(委託業者等含む)
 ・医学調査への協力準備 (采尿書記等)

個人での感染対策
 90ページ参照
 (感染症対策の再徹底)
 ・咳エチケット・手洗い・アルコール消毒等の徹底
 ・出勤前の体温計測
 → 感染疑いの場合は94ページを参照
 ・職場外での「3つの密」回避の徹底

職員の取組
 サービス実施の際の留意点
 89ページ参照
 サービス提供に先立ち、本人の体温を計測し、発熱が認められる場合には、90ページを踏まえ適切な相談及び受診を行うよう促す
 ・居宅介護支援事業所等と連携し、感染防止策を徹底
 ・重症疾患を有する者等は勤務上の配慮を行う
 ・サービス提供前後における手洗い、マスクの着用、エプロンの着用、必要時の手袋の着用、咳エチケットを徹底
 ・事業所内でもマスクを着用する等、感染機会を減らすための工夫の実施
 ・担当職員を分けての対応や、異後に対応する等の対応

感染防止 (日頃から) の取組

感染者等が発生した場合



感染予防マニュアルについて

1 感染と感染症

感染とは、何らかの微生物（病原体）が体内（臓器や組織）に進入した状態をいいます。しかし、進入した微生物全てが病気として発病するわけではなく、身体の抵抗力によってその大部分は一時的に体内に留まって追い出されるか、あるいは病気を起こさず定着（保菌状態）します。この保菌状態ではその微生物はその人には何も害を及ぼしません。

「感染症」とは、感染が原因で何らかの症状（せき、発熱、下痢など）を起こしている状態を指し、治療が必要な状態をいいます。感染症が成立するのは、病原菌が人の抵抗力よりも強くなった場合です。

よって介護の対象者が感染疾患を持っていたとしても、介護する者が皆感染するわけではありませんし、予防することも可能です。また、人は抵抗力を持っていますので、感染を受けても全てが発病するわけではありません。

介護の現場に臨む場合は、正しい知識と技術を持つことが必要です。

2. 感染予防について

感染予防のためには感染経路を遮断することが必要ですが、感染経路の遮断とは、

- ① 感染源（病原体）を持ちこまないこと
- ② 感染源（病原体）を広げないこと
- ③ 感染源（病原体）を持ち出さないこと

です。そのためには下記の内容を実施してください。

1) ケア前後の手洗いとうがいが最も大事です。

感染予防において最もシンプルでかつ重要なことは、ケア前後の手洗いとうがいです。

ゴム手袋を着用した時でも、ケアの後はしっかり手洗いを実施しましょう。

本人の血液や体液（唾液・鼻汁・痰など）、傷からの分泌液、あるいは便や尿は感染源になりやすいので、感染症の有無に関係なく、これらが付着した場合はすぐに石鹸と流水でよく手洗いをして下さい。

2) 全ての感染症にエプロン（予防衣）やマスクの着用が必要とは限りません。

感染症の病気の内容と感染経路を知り、何に最も気をつけるべきかを考えて接しましょう。そして、それらを身につけた時の本人や家族の気持ちも考慮して、最低でかつ最も有効な感染防御の対応が重要です。

血液、体液、傷からの分泌液、排泄物などを取り扱うときは手袋を着用する必要があり、病原体が飛び散る可能性のあるときはマスクやエプロン（ガウン）の着用を検討することが必要です。

3) 感染を広めないために、感染症患者の訪問をその日の最後に行なうのも対応の方法です。また、自分が感染症にかかった場合（たとえば風邪やインフルエンザなど）は事情を話し、訪問を休ませてもらう、あるいはその時だけ担当を交代するという対応を実施する必要もあります。

これについては職場で計画し、利用者本人と家族の了解のもとに、本人・家族の都合に合うように実施する必要があります。

3. 人権の尊重

感染症についての知識を深め、万全な対策を講じることは、利用者と自分自身を感染から守るために大事な心構えです。しかし、感染症を持つ利用者本人と家族の心を傷つけないように配慮することは介護職員として必須です。感染症のために特別な扱いを受けていると言う「差別感」や「不安感」を抱かせないように、不必要な防御や過剰な対策は意味がありませんので、必要最小限の適切な方法で接し、必要に応じた説明と心配り・気配りを忘れてはいけません。

また、感染症に関する情報は、利用者の私生活や個人情報に関係するものであるため、介護職員は職業倫理に基づいて、業務上知り得た情報についてはプライバシーの保護の観点から、業務に関与しない者には不用意に情報を漏らさないという守秘義務を徹底する責任があります。

<注>

個人情報保護の責任はありますが、利用者の感染に関する情報については必ず上司に報告をして、介護チーム全員が周知する必要があります。また、感染症者への対応については、主治医やケアマネジャーとの連携が必須になりますので、「困ったな。」と思ったら上司に相談をし、必要時には上司から経過を主治医に報告し、対応を相談してもらいましょう。