



新型コロナウイルス感染 拡大防止のための教育資料



目 次

1 衛生教育

- (1) コロナウイルスの概要
- (2) 感染対策
- (3) ゾーニングの一般的な考え方
- (4) 防護基準
- (5) 消毒

2 宿泊支援活動に従事する方への教育

- (1) 宿泊支援活動とは
- (2) 宿泊支援活動要領
- (3) 宿泊支援活動終了後

3 患者輸送活動に従事する方への教育

- (1) 輸送時の養生要領
- (2) 輸送実施要領
- (3) 車内消毒要領

4 新型コロナウイルス Q & A



目 次

1 衛生教育

- (1) コロナウイルスの概要
- (2) 感染対策
- (3) ゾーニングの一般的な考え方
- (4) 防護基準
- (5) 消毒

2 宿泊支援活動に従事する方への教育

- (1) 宿泊支援活動とは
- (2) 宿泊支援活動要領
- (3) 宿泊支援活動終了後

3 患者輸送活動に従事する方への教育

- (1) 輸送時の養生要領
- (2) 輸送実施要領
- (3) 車内消毒要領

4 新型コロナウイルス Q & A

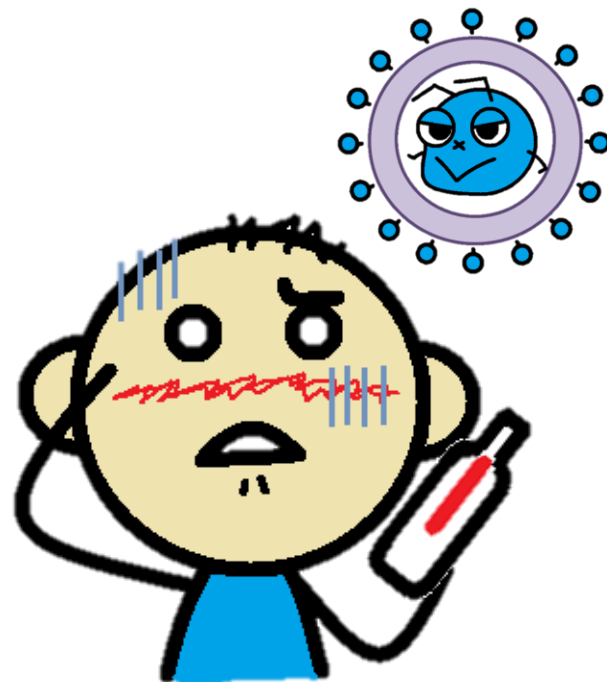


コロナウイルスとは

- ・いわゆる「**風邪**」の原因ウイルスの一つ
- ・**SARS(2002)、MERS(2012)**も
コロナウイルスの仲間
- ・脂質の膜に覆われている。



- ・**石けん手洗い、アルコール消毒が有効**





新型コロナウイルス

- ・ 主に接触感染，飛沫感染により感染
- ・ 潜伏期間は2～14日間
- ・ 初期症状
熱、ダルさ、咳、食欲不振、呼吸困難、痰、のどの痛み
- ・ **急速に悪化する**ことがある。
（無症状～軽症でゆっくり進行し、急激に症状が悪化する。）
- ・ ワクチン未開発、根本的な治療薬なし。



目 次

1 衛生教育

- (1) コロナウイルスの概要
- (2) 感染対策
- (3) ゾーニングの一般的な考え方
- (4) 防護基準
- (5) 消毒

2 宿泊支援活動に従事する方への教育

- (1) 宿泊支援活動とは
- (2) 宿泊支援活動要領
- (3) 宿泊支援活動終了後

3 患者輸送活動に従事する方への教育

- (1) 輸送時の養生要領
- (2) 輸送実施要領
- (3) 車内消毒要領

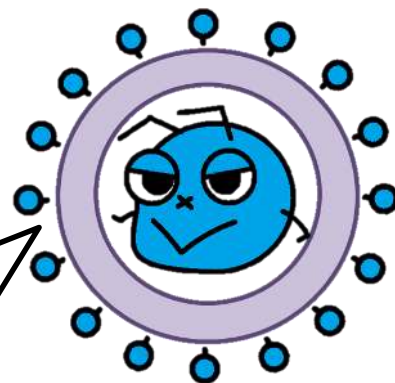
4 新型コロナウイルス Q & A



マスクの装着（１／７）

感染場所を広げるためにウイルスに与えられた条件

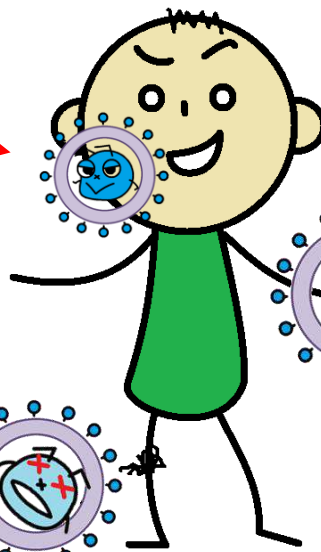
- ① 自分で動くことはできない。
- ② 体の中の決まった場所にたどり着かなければ、感染できない。



感染するかも！

皮膚についても
感染できない

感染できない

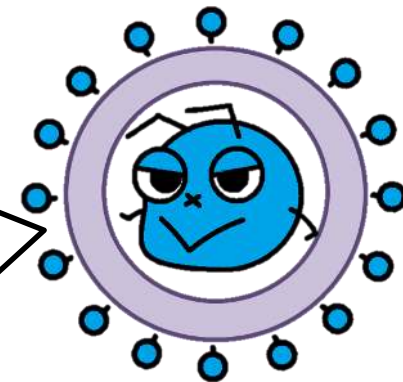




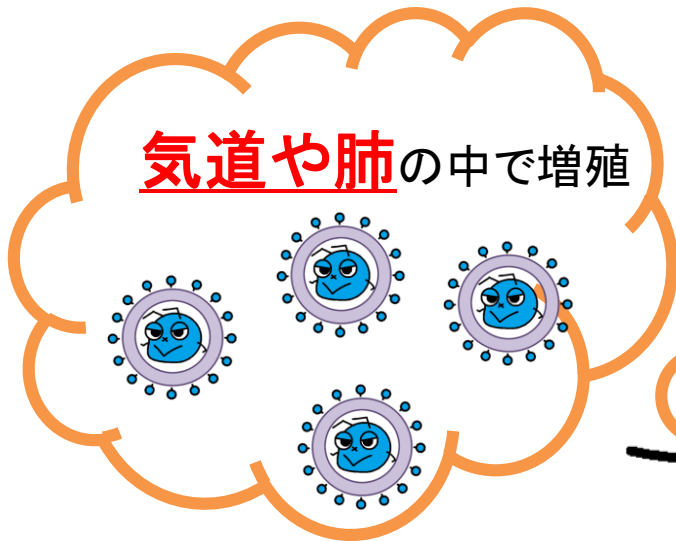
マスクの装着（2／7）

感染場所を広げるためにウイルスに与えられた条件

- ① 自分で動くことはできない。
- ② 体の中の決まった場所にたどり着かなければ、感染できない。

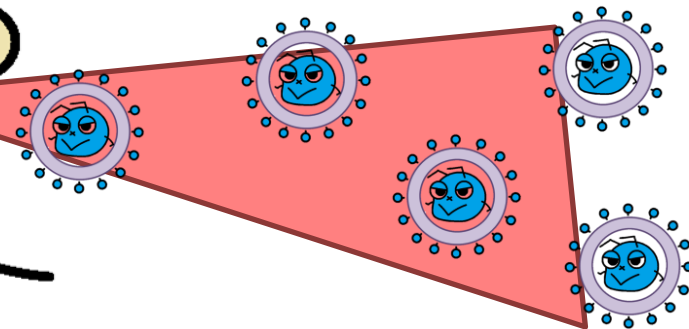
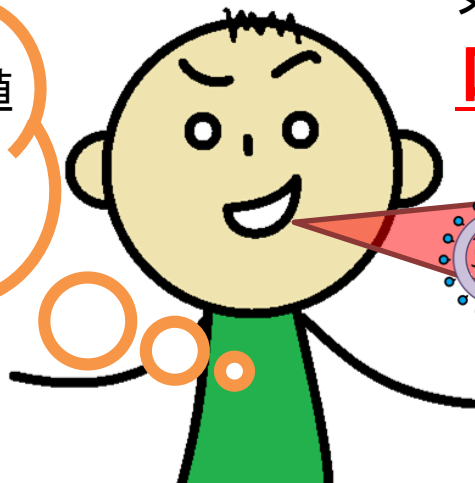


気道や肺の中で増殖



気道や肺につながっている

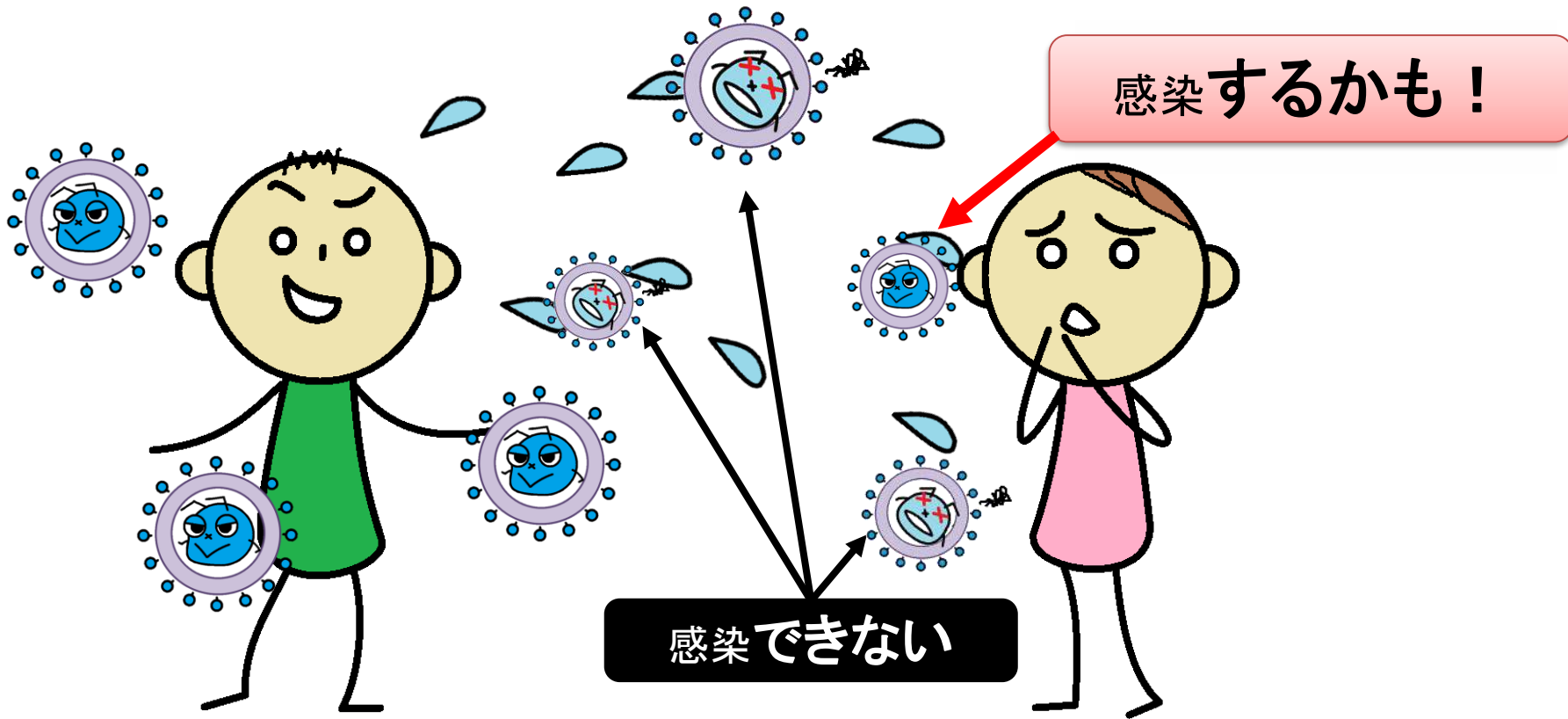
口や鼻からウイルスは出てくる。





マスクの装着（3／7）

会話、咳、くしゃみで飛ぶ唾液や鼻水に乗って他の人へ





マスクの装着（４／７）

会話、咳、くしゃみで飛ぶ唾液や鼻水に乗って他の人へ

自分の口や鼻に入らなければ、
ウイルスは感染できない。



自分の口や鼻を覆う

マスクをつける！





マスクの装着（5／7）

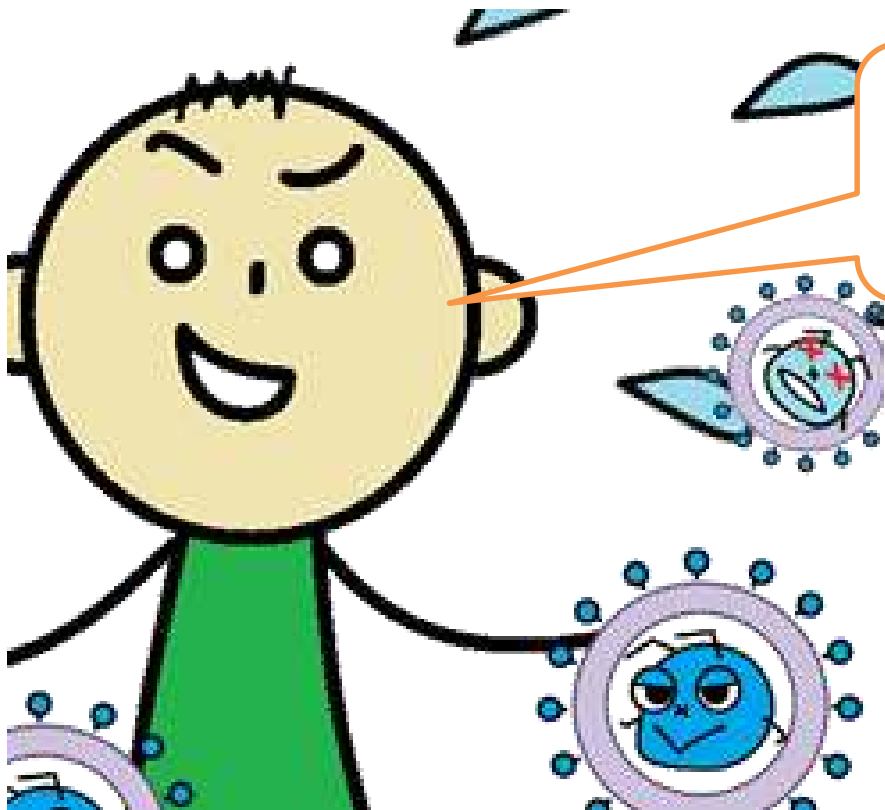
会話、咳、くしゃみで飛ぶ唾液や鼻水に乗って他の人へ

増殖したウイルスは、
口や鼻から出てくる



自分の口や鼻を覆う

マスクをつける！





自分のマスクのつけ方をチェック

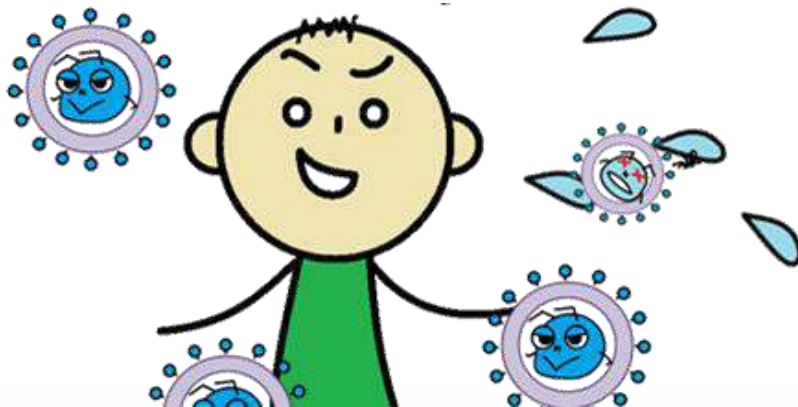
- ① 正しいマスクのつけ方は？
- ② マスクを交換するタイミングはいつですか？



マスクの装着（7／7）

周囲の人を守る

自分の飛沫を飛ばさない



自分の身を守る

鼻と口の粘膜を守る



マスク装着のポイント

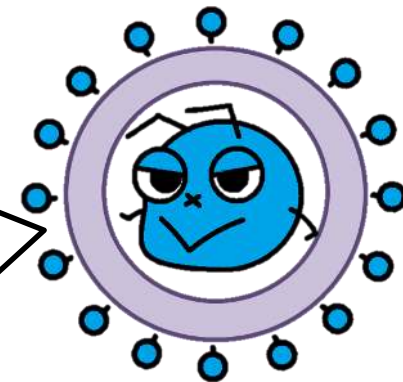
- 1 鼻と口をしっかりと覆い、鼻のクリップを鼻の形にフィットさせる。
- 2 咳やくしゃみが出るときや、人と話すときには装着する。
- 3 マスクに明らかな汚染があったときや、清潔な区域に入るときは交換する。



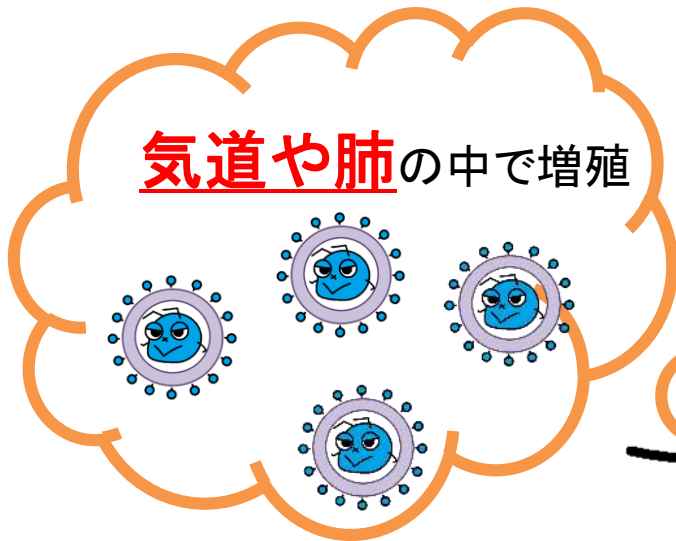
手洗い（1／7）

感染場所を広げるためにウイルスに与えられた条件

- ① 自分で動くことはできない。
- ② 体の中の決まった場所にたどり着かなければ、感染できない。

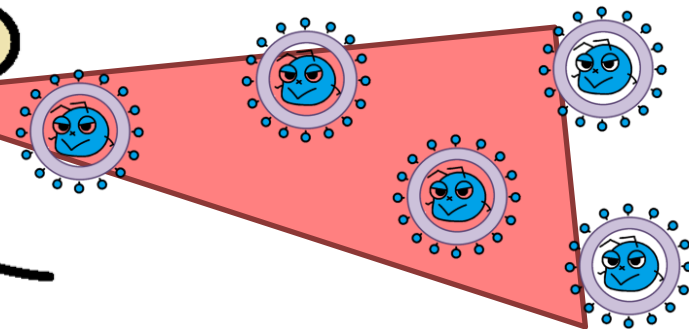
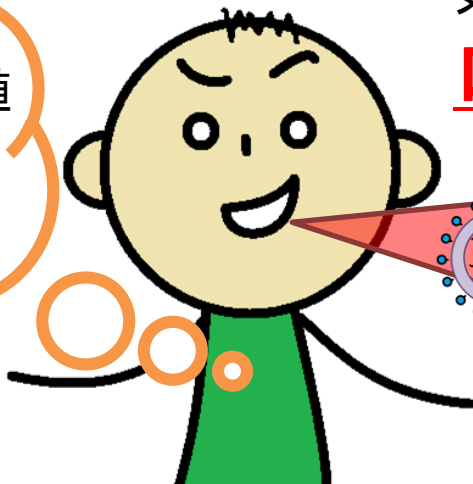


気道や肺の中で増殖



気道や肺につながっている

口や鼻からウイルスはでてくる。





手洗い (2 / 7)

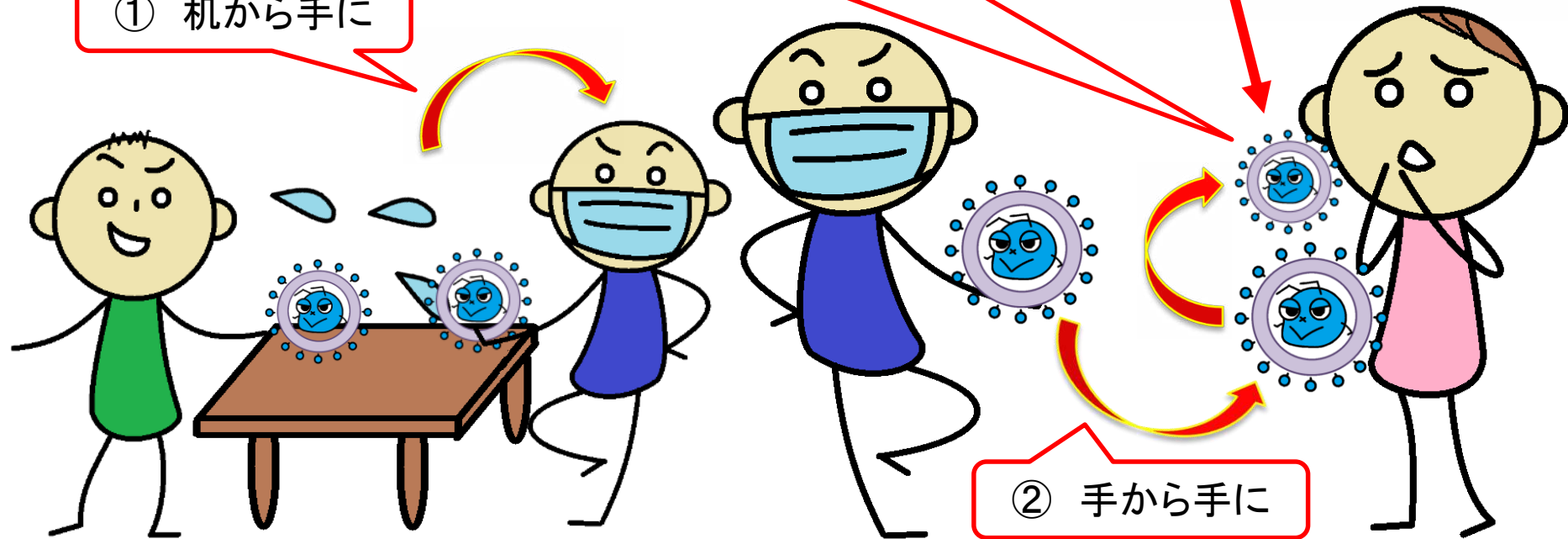
机の上に落ちていたウイルスが、**人の手を介して**、口や鼻へ

① 机から手に

③ 手から口や鼻へ

感染するかも！

② 手から手に





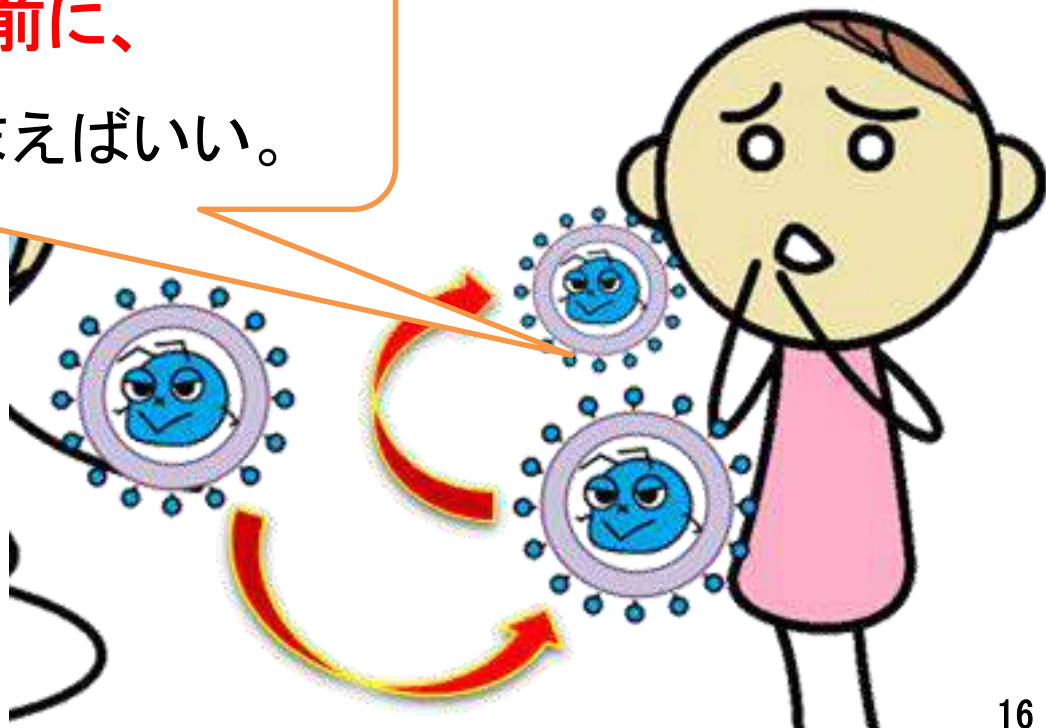
手洗い（3 / 7）

机の上に落ちていたウイルスが、**人の手を介して**、口や鼻へ

自分の**口や鼻に入る前に**、
ウイルスを洗い流してしまえばいい。



自分の口や鼻を触る前に
手洗いをする！

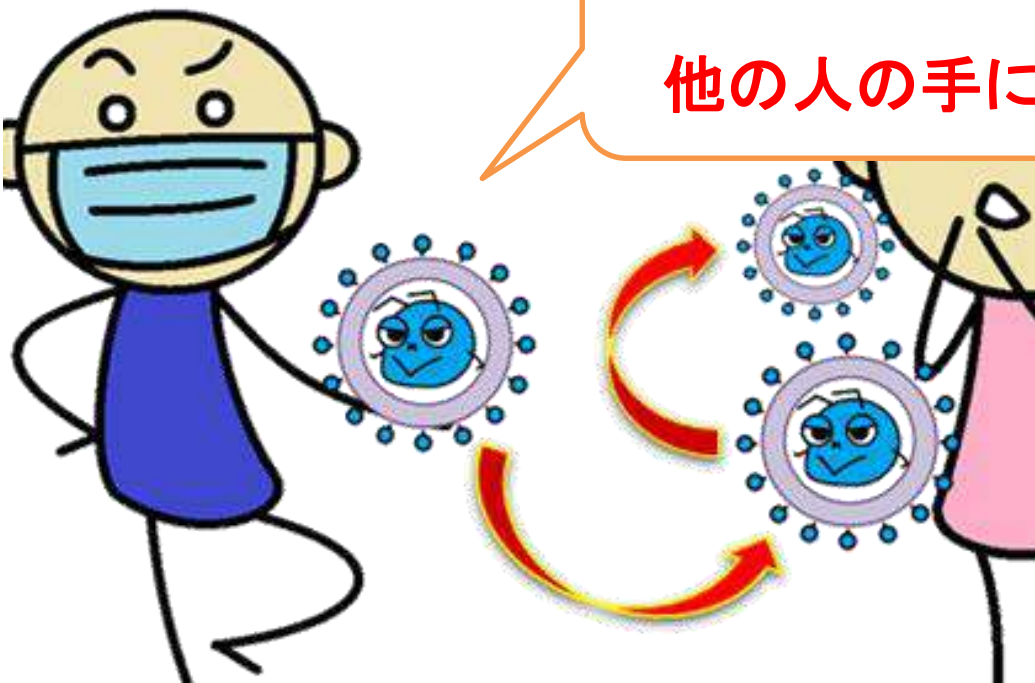




手洗い（4 / 7）

机の上に落ちていたウイルスが、**人の手を介して**、口や鼻へ

自分の手についたウイルスが、
他の人の手に移る前に洗い流せばいい。



頻繁に

手洗いをする！



自分の手洗いをチェック

- ① 手洗いの方法はどうですか？
- ② 絶対に手洗いが必要な
タイミングはいつですか？



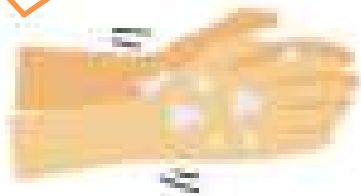
手洗い（6／7）

正しい手洗いの方法

手洗いの
前に

爪は短く切っておきましょう。
時計や指輪ははずします。

1



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。

2



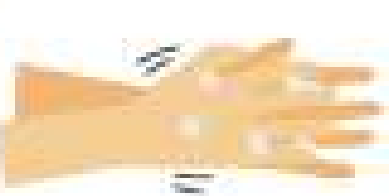
手の甲をのばすようにこすります。

3



指先・爪の間を念入りにこすります。

4



指の間を洗います。

5



親指と手のひらをねじり洗いします。

6



手首も忘れずに洗います。

アルコール消毒も同じ方法でOK



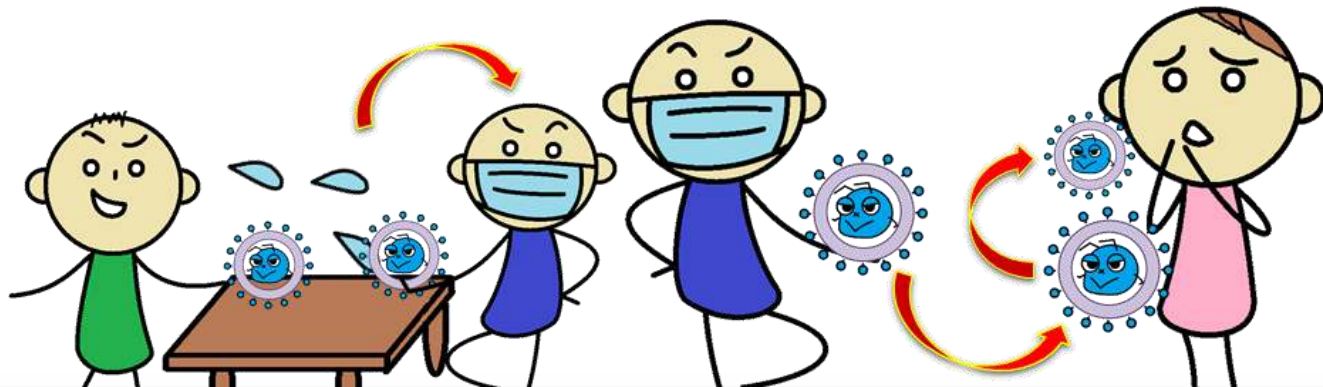
手洗い（7／7）

周囲の人を守る。

自分の身を守る。

手についたウイルスを他の場所に広げない

手についたウイルスを鼻や口に入れない



手洗いのポイント

手洗いをする。アルコール消毒でも可

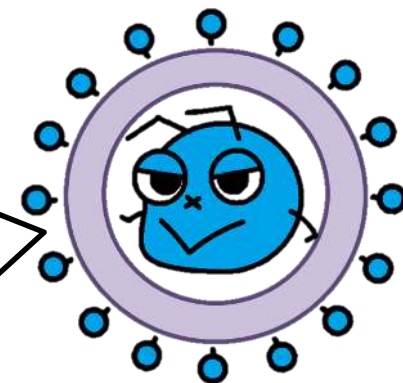
- 1 汚染したものに触れた後
- 2 防護衣を脱いだ後
- 3 食事の前など手が顔に近づく動作の前



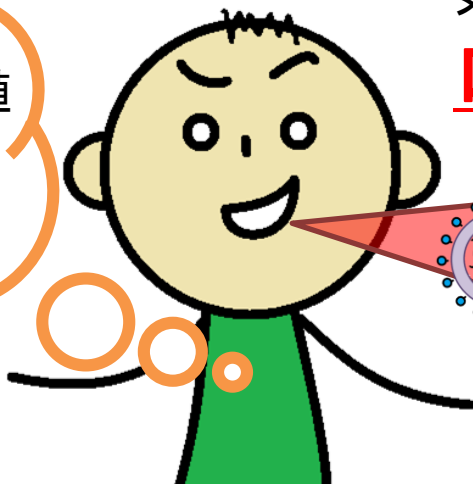
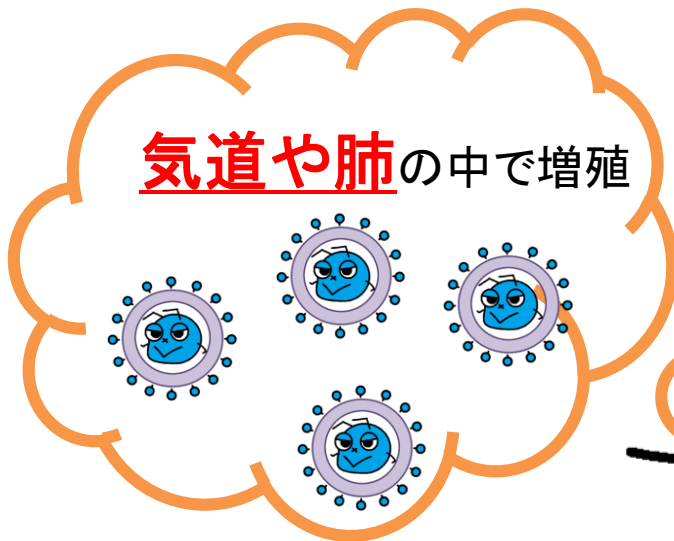
換気（1／5）

感染場所を広げるためにウイルスに与えられた条件

- ① 自分で動くことはできない。
- ② 体の中の決まった場所にたどり着かなければ、感染できない。

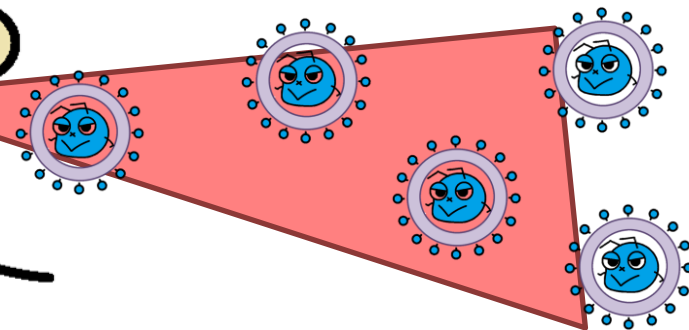


気道や肺の中で増殖



気道や肺につながっている

口や鼻からウイルスは出てくる。





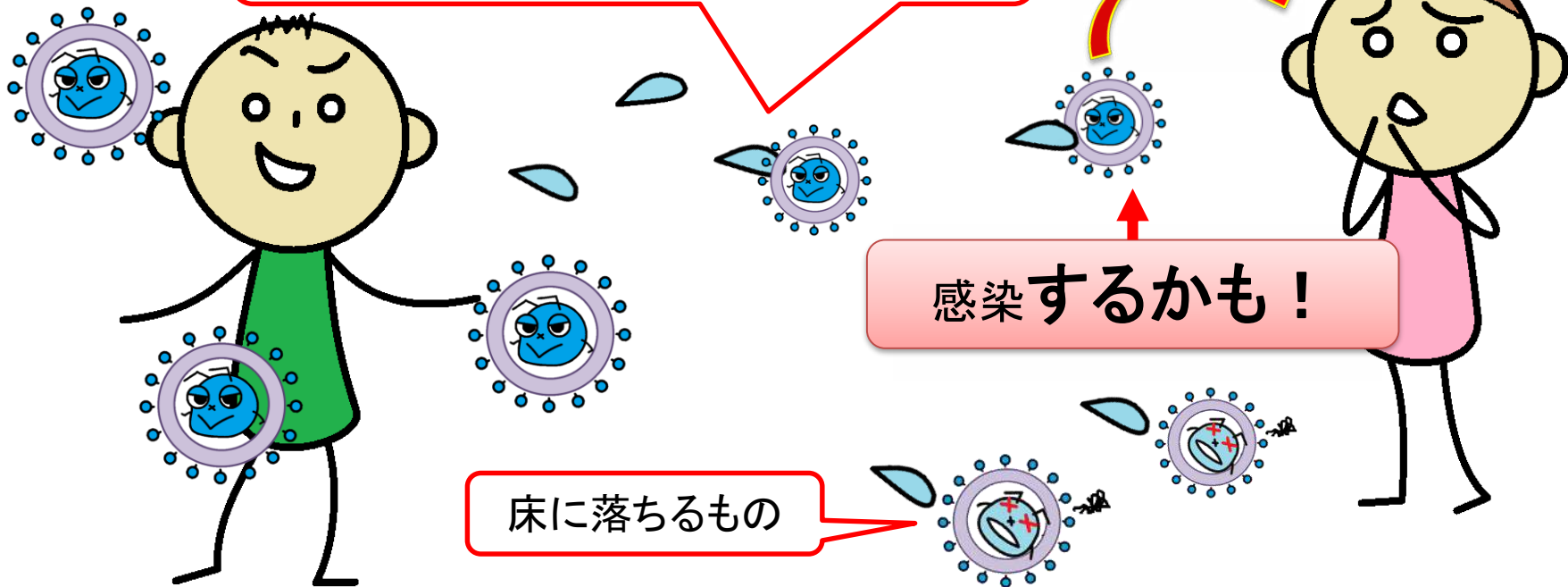
話したり、咳やくしゃみにより飛んだウイルスが部屋に浮遊

1～2時間、**浮遊**するもの

吸い込むかも

感染**する**かも！

床に落ちるもの

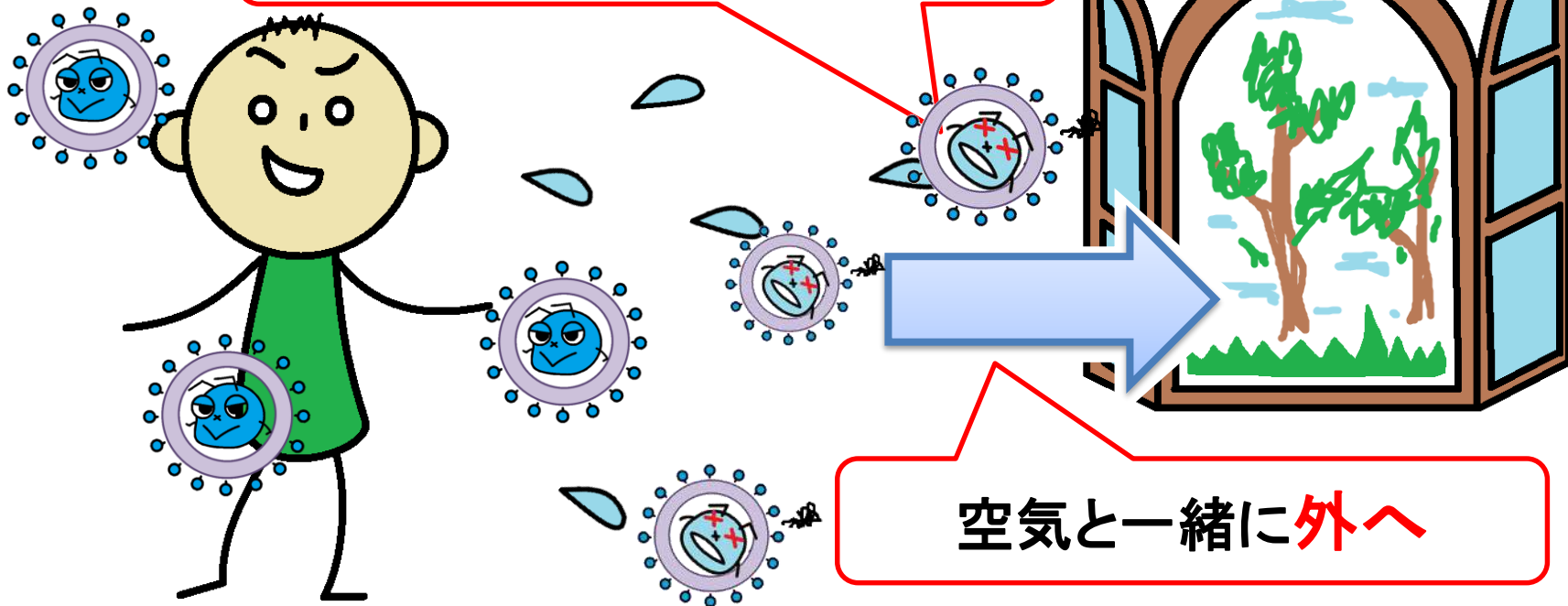




換気（3／5）

話したり、咳やくしゃみにより飛んだウイルスが部屋に浮遊

1～2時間、**浮遊**するもの



空気と一緒に**外へ**



自分の換気をチェック

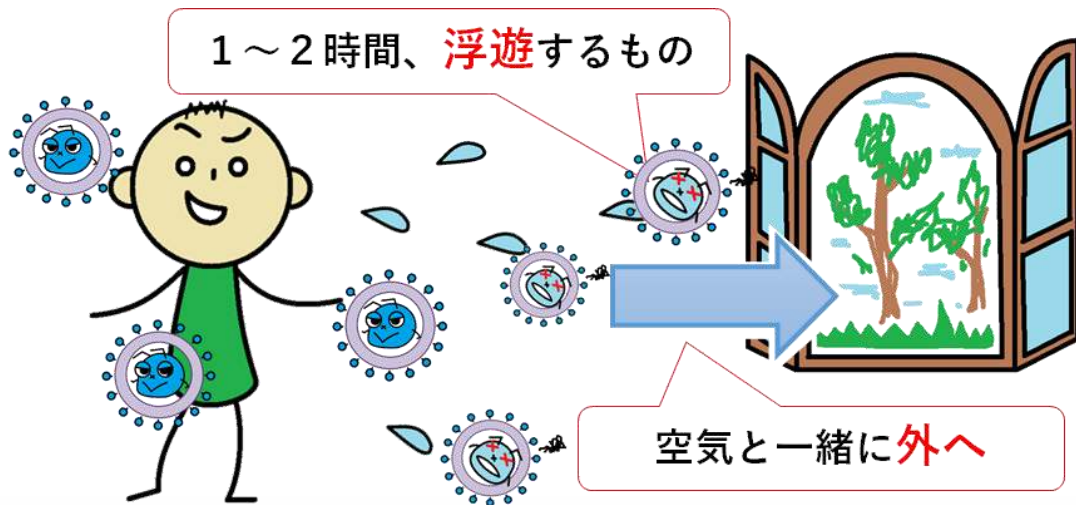
- ① 何分くらい窓を開けておきますか？
- ② 一日に何回換気しますか？



換気（5／5）

周囲の人を守る。

自分の身を守る。



部屋の中の

ウイルスの密度を

減らす。

換気のポイント

- 1 **1時間に1回、5～10分**実施する。（一般家庭）
- 2 **人が多いときは換気の回数・時間を増やす。**



目 次

1 衛生教育

- (1) コロナウイルスの概要
- (2) 感染対策
- (3) ゾーニングの一般的な考え方
- (4) 防護基準
- (5) 消毒

2 宿泊支援活動に従事する方への教育

- (1) 宿泊支援活動とは
- (2) 宿泊支援活動要領
- (3) 宿泊支援活動終了後

3 患者輸送活動に従事する方への教育

- (1) 輸送時の養生要領
- (2) 輸送実施要領
- (3) 車内消毒要領

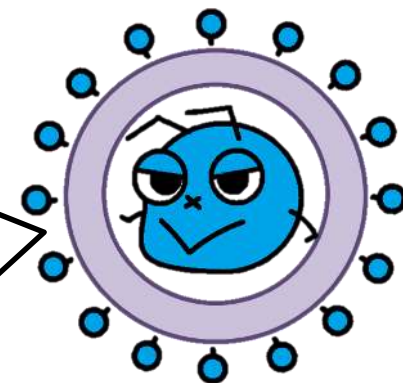
4 新型コロナウイルス Q & A



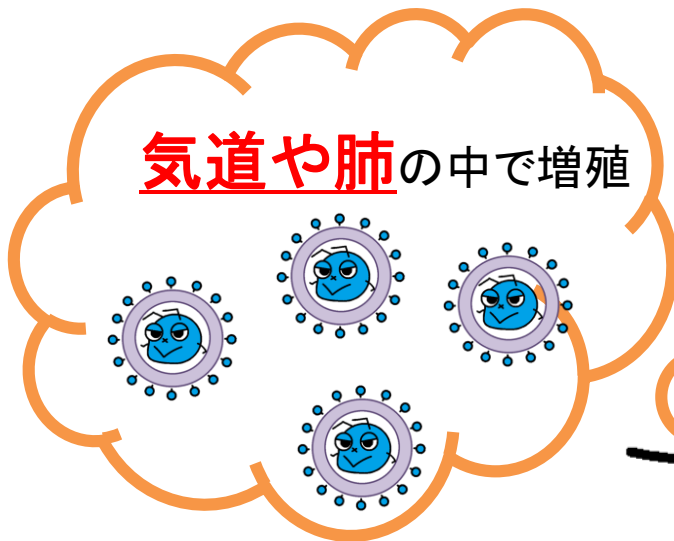
ゾーニング（清潔と不潔の区分）（1／3）

感染場所を広げるためにウイルスに与えられた条件

- ① 自分で動くことはできない。
- ② 体の中の決まった場所にたどり着かなければ、感染できない。

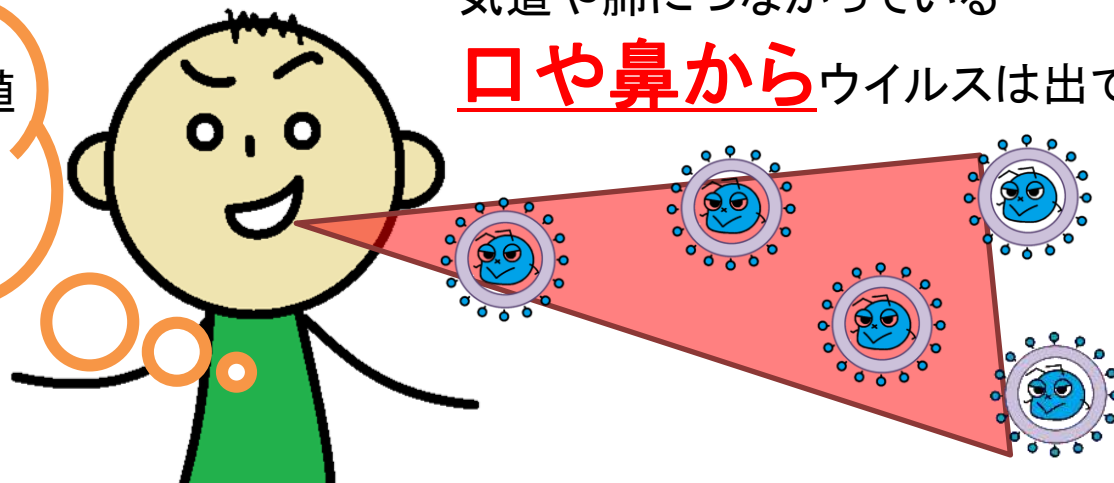


気道や肺の中で増殖



気道や肺につながっている

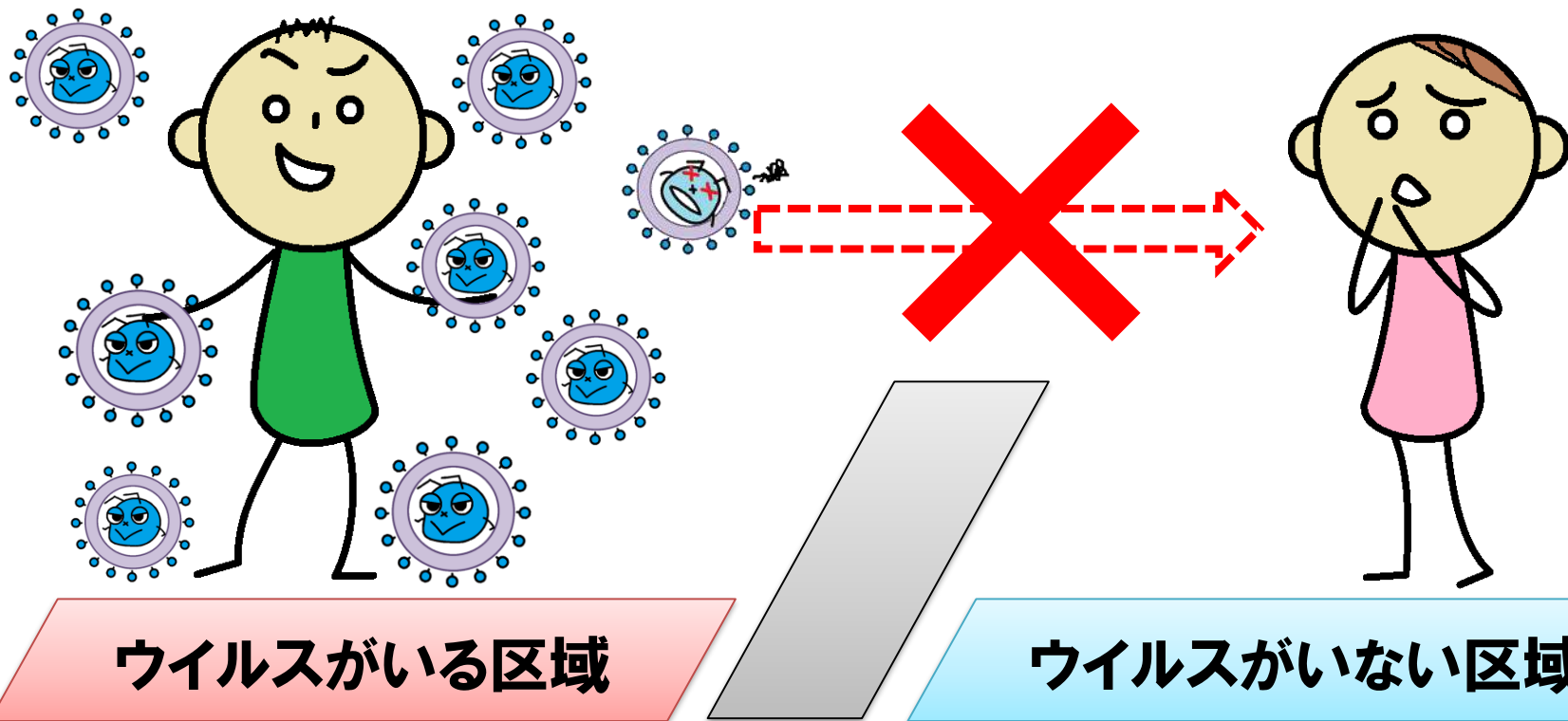
口や鼻からウイルスは出てくる。





ゾーニング（清潔と不潔の区分）（2／3）

人やモノの動きがなければ、ウイルスは移動できない。



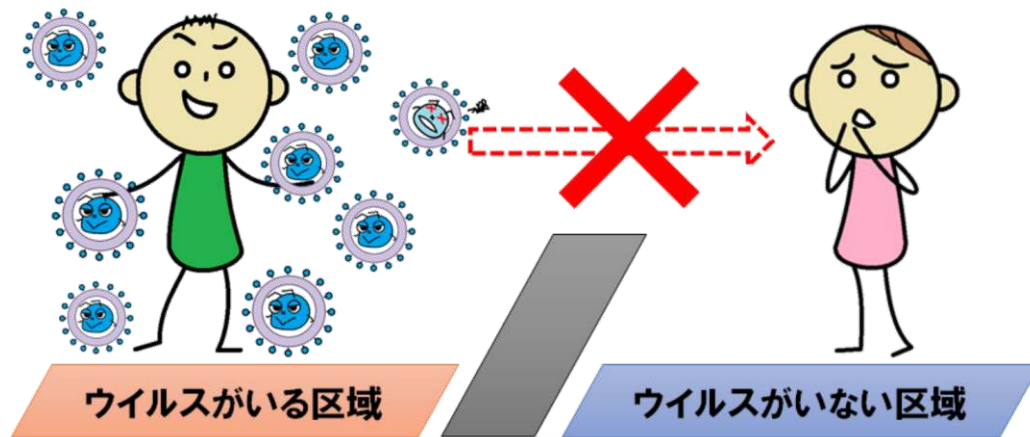


ゾーニング（清潔と不潔の区分）（3／3）

不潔※な区域に行かない。

清潔な区域を維持する。

※ この資料では、ウイルスがいる区域を便宜上「**不潔な区域**」と呼びます。



清潔と不潔を区切るポイント

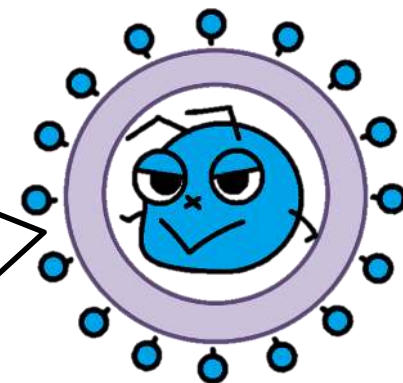
- 1 人の出入りだけでなく、モノの出入りも制限する。
- 2 掲示物などを利用して誰が見てもわかるようにする。



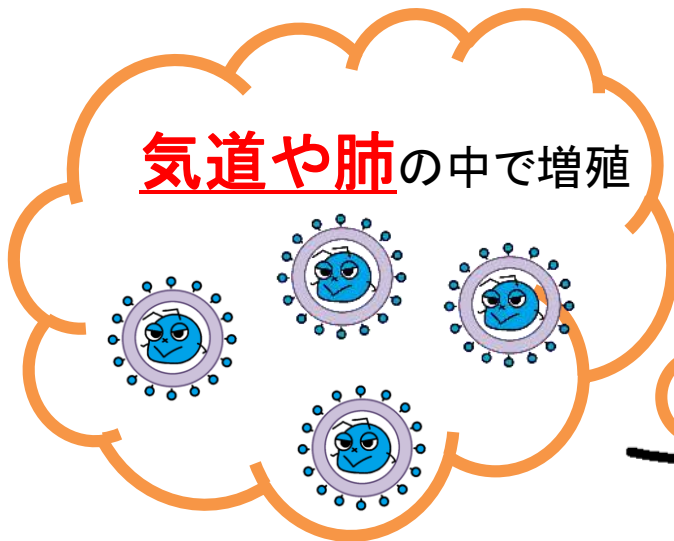
感染対策のまとめ（1／2）

感染場所を広げるためにウイルスに与えられた条件

- ① 自分で動くことはできない。
- ② 体の中の決まった場所にたどり着かなければ、感染できない。

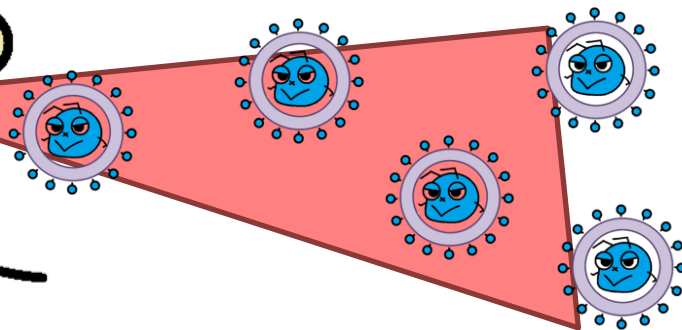
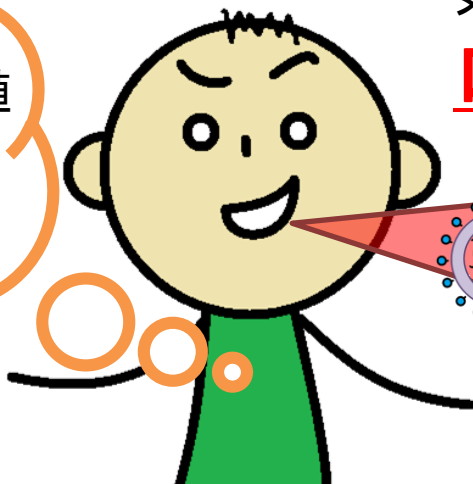


気道や肺の中で増殖



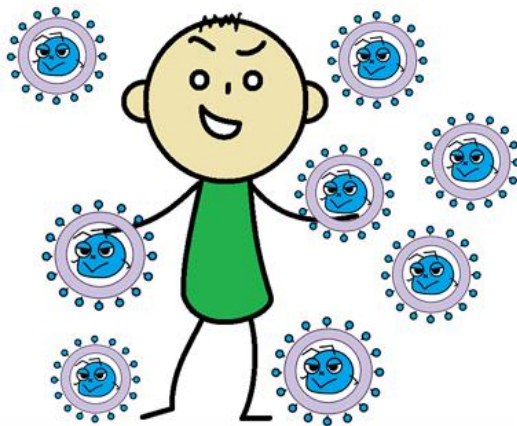
気道や肺につながっている

口や鼻からウイルスは出てくる。

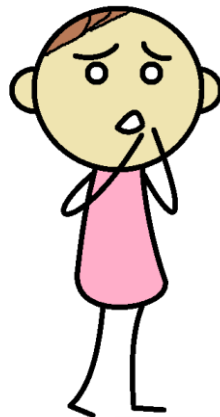
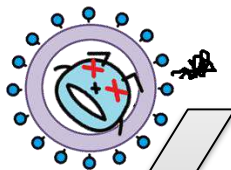




感染対策のまとめ（2／2）



ウィルスがいる区域



ウィルスがない区域



- 1 ウィルスがいる区域を分け、人とモノの出入りを制限する。
(**清潔な区域と不潔な区域**を分ける)
- 2 体にウィルスを付着させない。(人と**距離**をとる、**手洗い**をする)
- 3 目、口・鼻から、体内にウィルスを入れない。(**マスク**をつける、**換気**をする)



目 次

1 衛生教育

- (1) コロナウイルスの概要
- (2) 感染対策
- (3) ゾーニングの一般的な考え方
- (4) 防護基準
- (5) 消毒

2 宿泊支援活動に従事する方への教育

- (1) 宿泊支援活動とは
- (2) 宿泊支援活動要領
- (3) 宿泊支援活動終了後

3 患者輸送活動に従事する方への教育

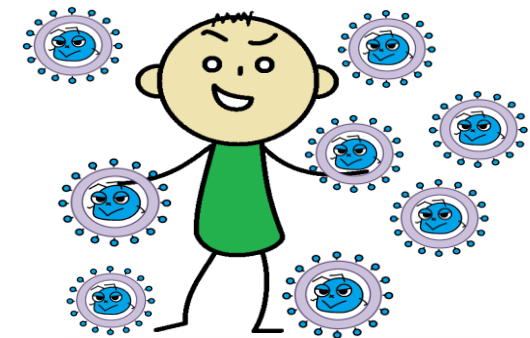
- (1) 輸送時の養生要領
- (2) 輸送実施要領
- (3) 車内消毒要領

4 新型コロナウイルス Q & A



宿泊支援 = ウイルスのいる区域に入る

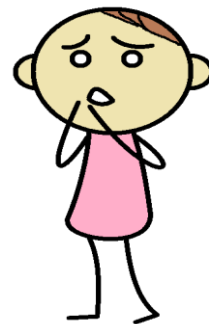
不潔な区域



ウイルスがいる区域



清潔な区域



ウイルスがない区域

不潔な区域に入るときに行う感染対策

- 1 目、鼻・口を守る。
- 2 「手」や、「手で触る範囲(体、着衣等)」を守る。



防護衣による感染対策（2／5）

防護衣による感染対策のポイント

ウイルスがつく可能性があるところを防護衣で守る。



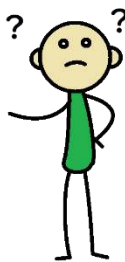
防護衣の **外側** にウイルスがついている。



防護衣を脱ぐときに、
自分の体にウイルスをつけないように注意する。



防護衣による感染対策（3／5）



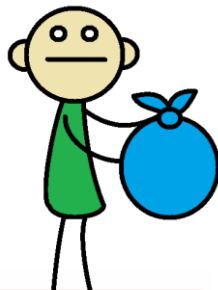
ごみを受け取る人が**感染する可能性**があるものはどれ？

患者と話しながら、
ごみを受け取る



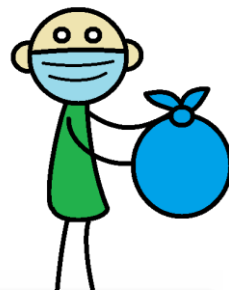
陽性の人

患者とは話さずに、
ごみを受け取る



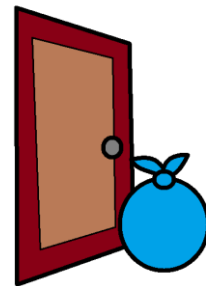
陽性の人

マスクをして、
ごみを受け取る



陽性の人

会わずに、
ごみを受け取る



「**ごみ = 感染源**」なので、全部リスクがあります。

防護衣による感染対策（４／４）

業務内容	活動状況	対象との接触	防護装備（オレンジ色ハッチング部分） （○：一般的な基準、✓：防衛省追加基準）					
			感染防護服	ヘアキャップ	マスク 又は N95マスク	ガウン	フェイスシールド 又は ゴーグル	プラスチック手袋
宿泊支援		無			○			○
輸送支援		有	✓	✓	○		✓	○
検疫支援		有		○	○	○	○	○



防護衣による感染対策（5／5）



感染リスクが**高い**ところで作業



感染リスクが**低い**ところで作業



防護衣の着脱 着 衣



防護衣の着脱 着衣（1／8）

1 準備する。

参考：東部方面衛生隊作成 教育資料

手 袋

手 袋

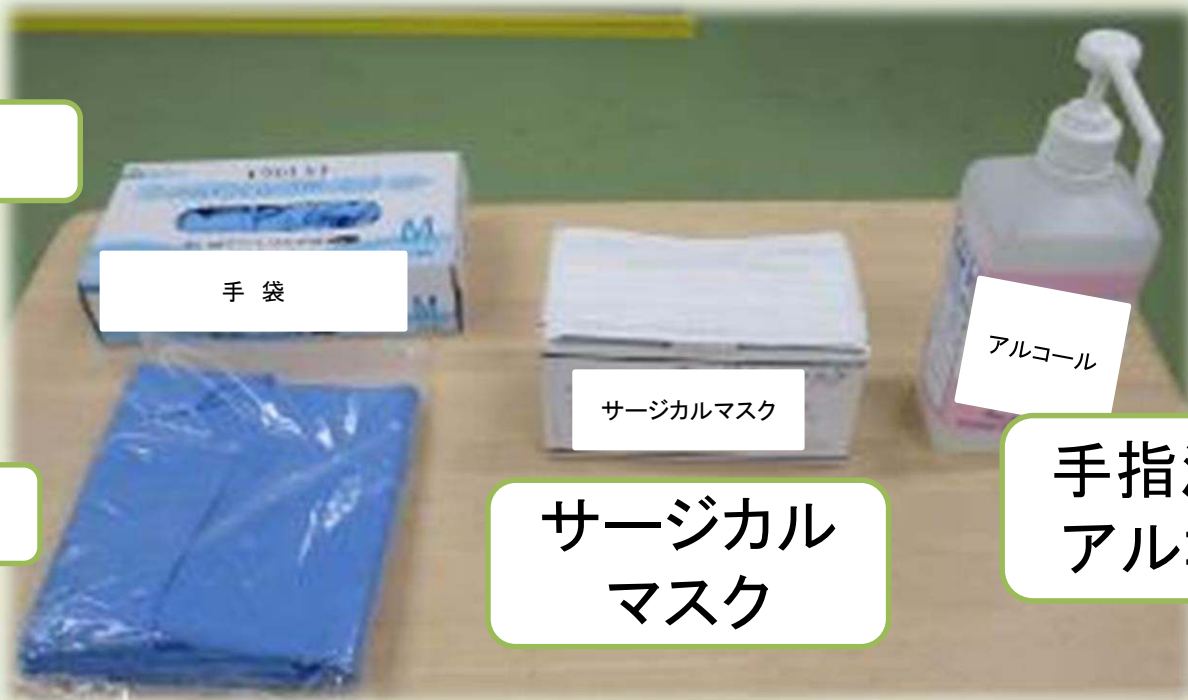
サージカルマスク

アルコール

ガウン

サージカル
マスク

手指消毒用
アルコール





防護衣の着脱 着衣（2／8）

2 手を消毒する。

参考：東部方面衛生隊作成 教育資料



消毒薬が乾くまで、
塗りこむ。

サージカルマスク

アルコール

2020/02/13 08:45



防護衣の着脱 着衣（3／8）

3 ガウンを着る。

参考：東部方面衛生隊作成 教育資料



破損がないことを確認する。



4 首後ろのテープをとめる。

参考：東部方面衛生隊作成 教育資料

首後ろのテープをとめる。

紐のタイプの場合は、
蝶結びにする。





5 腰のひもを結ぶ。

参考：東部方面衛生隊作成 教育資料



腰の紐を後ろで結ぶ。

紐に余裕があっても、
必ず後ろで結ぶ。



6 マスクをつける。

サージカルマスクを
つける。



マスクを鼻の形に合わせる。



7 手袋をつける。

袖の中に手を入れた状態で手袋をつける。



手袋の中に、ガウンの袖を入れる。



8 お互いにチェックする。

マスクが鼻に
フィットしているか

首後ろのテープが
とまっているか

腰の後ろでひもが
結ばれているか



ガウンの袖が手袋の
中に入っているか



防護衣の着脱 脱衣



1 脱衣専用の場所まで移動する。

介助者は、アルコール消毒後
マスクと新しい手袋を装着する。

清潔区域

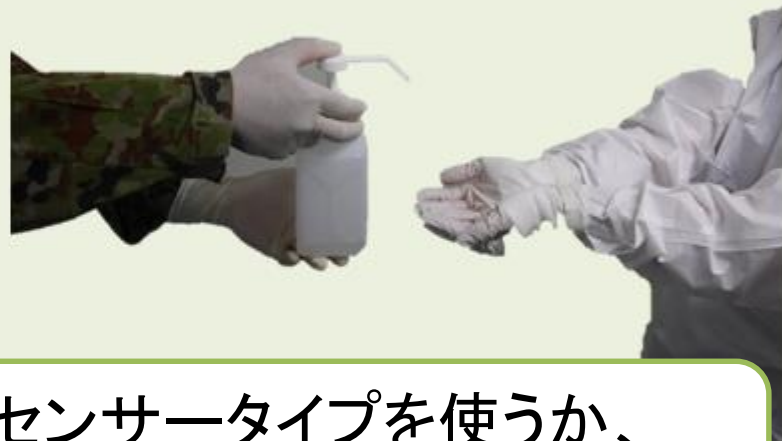
脱衣する場所

汚染区域



2 手袋を消毒する。

自分ではボトルに触らない。



センサータイプを使うか、
だれかに押してもらう。

清潔区域

脱衣する
場所



3 介助者に、後ろのテープとひもを外してもらう。

首後ろのテープをはずす。



腰の紐をほどく。



４ ガウンを脱ぐ準備をする。

参考：東部方面衛生隊作成 教育資料

介助者は、ガウンの外側を持って、脱がせる。

介助者の手が、脱ぐ人の体に触らないように注意する。

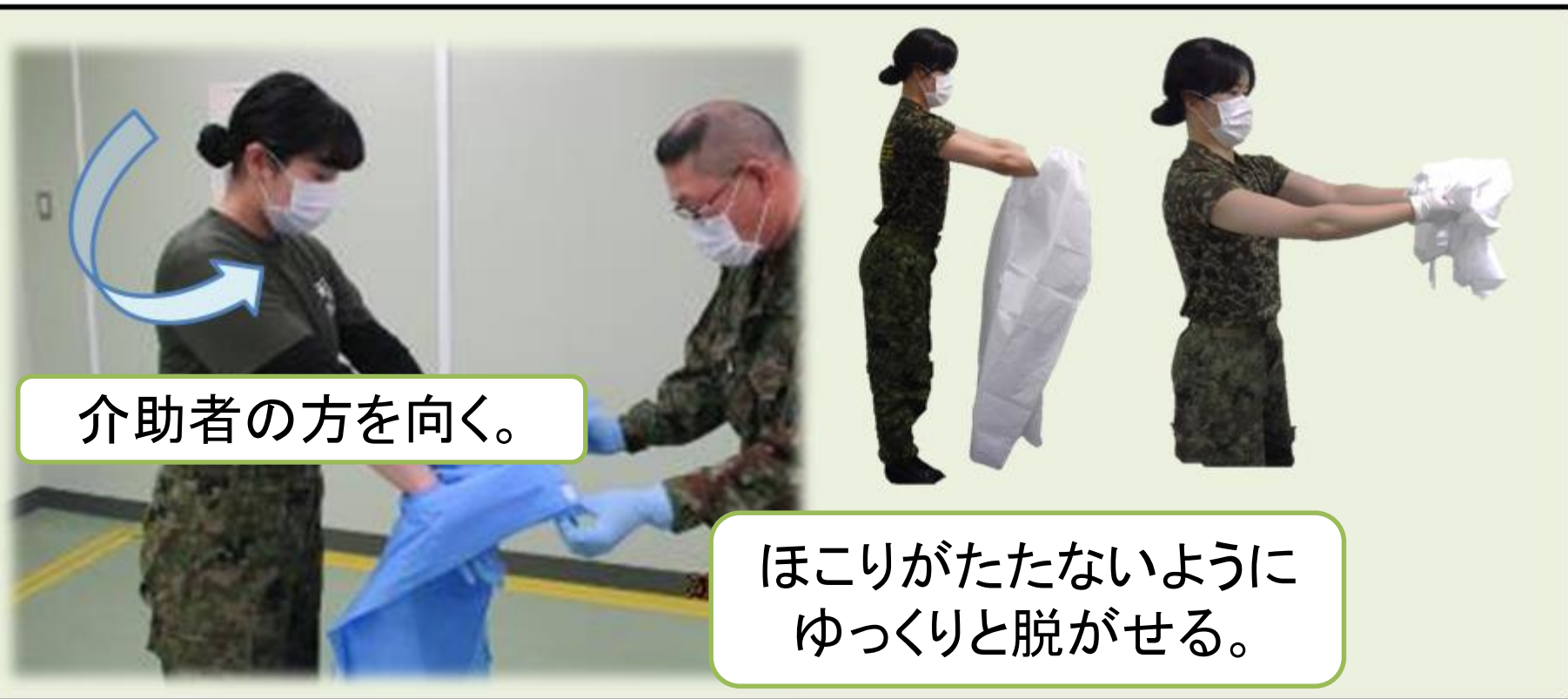




防護衣の着脱 脱衣（5／9）

5 ガウンを脱がせてもらう。

参考：東部方面衛生隊作成 教育資料





6 手袋を脱ぐ。



手袋で触るのは、
外側だけ。



素手で触るのは、
内側だけ。



防護衣の着脱 脱衣（7／9）

7 手を消毒する。

参考：東部方面衛生隊作成 教育資料



消毒薬が乾くまで、
塗りこむ。



8 マスクを外す。

ゴムを持って、外す。





番外編：介助者がいないときのガウンの脱ぎ方



ガウンの内側に手袋で触れないようにして脱ぐ。



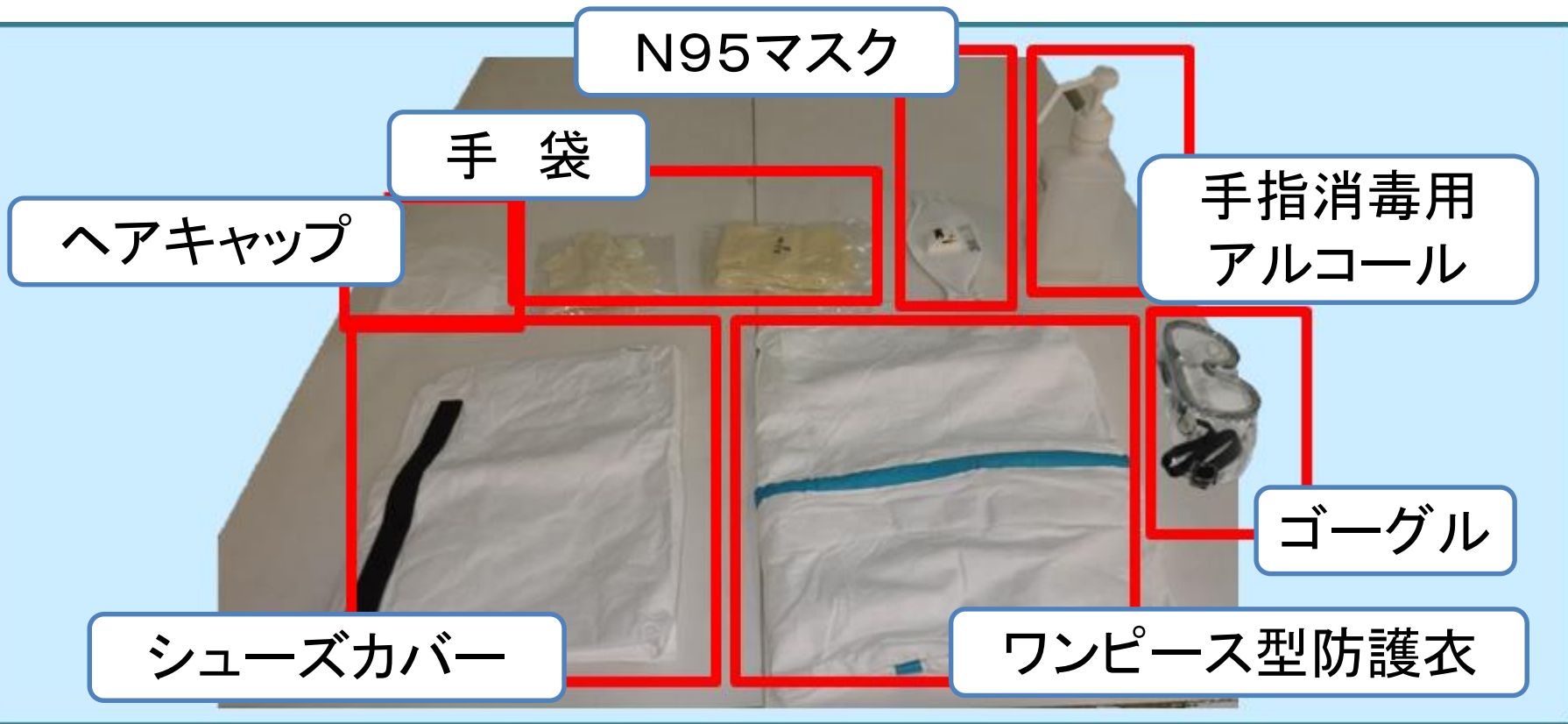
防護衣（ワンピース型）の着脱 着衣

※ 「ワンピース型」＝「つなぎ型」と呼ばれるもの



防護衣（ワンピース型）の着脱 着衣（1／9）

1 準備する。





2 防護衣を着る。



ワンピース型防護衣





3 シューズカバーをはく。



ほどこやすいように、
蝶結び





4 ヘアキャップ、マスク、ゴーグルをつける。



ヘアキャップで
髪の毛をまとめる。



N95マスクの
シールチェック

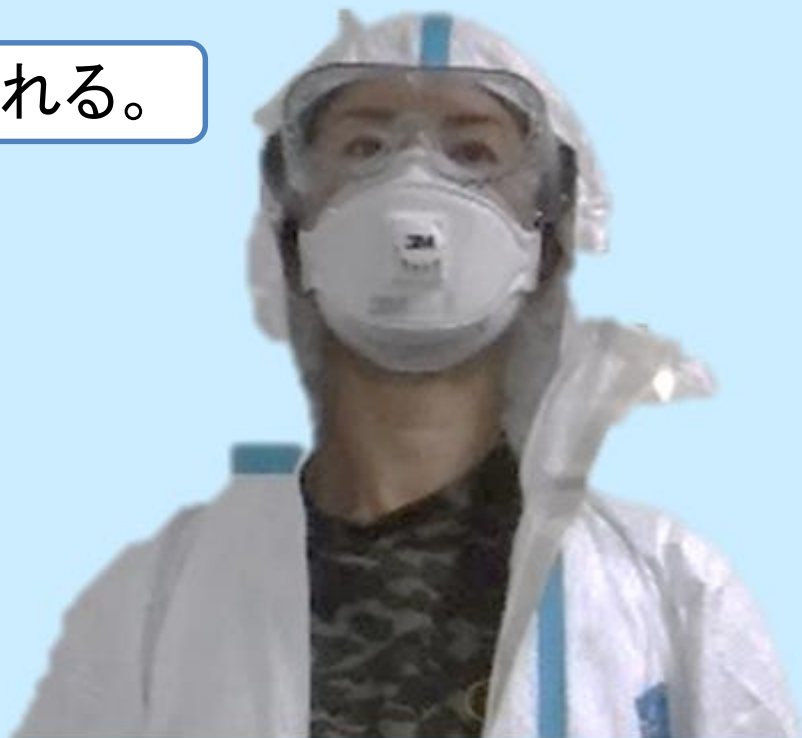


ゴーグル



5 防護衣のフードをかぶる。

ヘアキャップ、耳をフードに入れる。





6 ファスナーをしめ、カバーテープを貼る。



ファスナーをしめ、カバーテープを貼る。



ダメな例



マスクが防護衣の中に入っている。

フードがゴーグルにかかっている。



ヘアキャップ
髪の毛が見えている。



7 手袋をつける。

防護衣の袖を、手袋の中に入れる。





8 チェックする。

髪の毛、ヘアキャップが見えていない。

防護衣の袖が
手袋の中に入っている。

- ※ 隙間を極力作らない。
- ※ 作業に支障がない。



N95マスクが防護衣の
中に入っていない。

カバーテープが
貼られている。

シューズカバーの紐が
蝶結びされている。



防護衣（ワンピース型）の着脱 脱衣

※ 「ワンピース型」＝「つなぎ型」と呼ばれるもの



防護衣（ワンピース型）の着脱 脱衣（1 / 15）

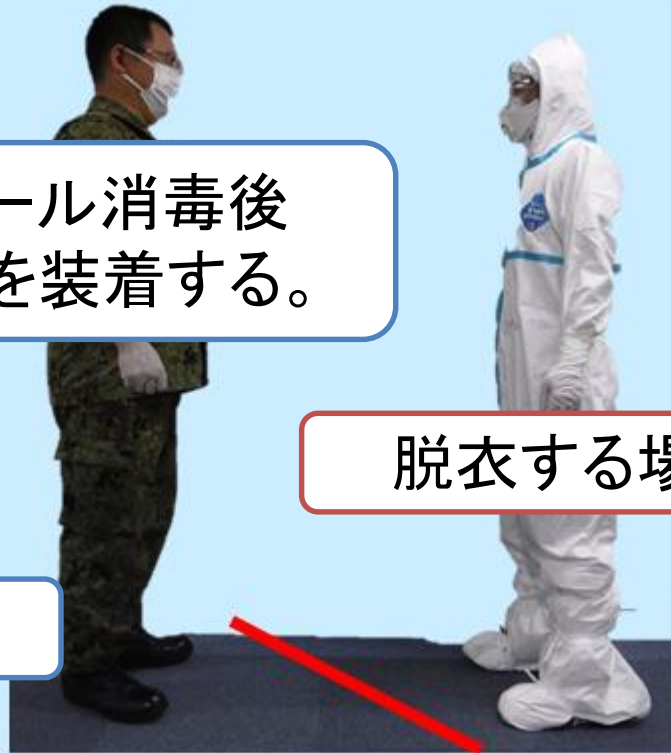
1 脱衣する場所まで移動する。

介助者は、アルコール消毒後
マスクと新しい手袋を装着する。

脱衣する場所

清潔区域

汚染区域





2 手袋を消毒する。



清潔区域

脱衣する場所

自分ではボトルに触らない。



センサータイプを使うか、
だれかに押してもらう。



3 カバーテープを外し、ファスナーを開けてもらう。



はがしたテープは
適当なところに
貼り付ける。

防護衣の中に触らない
ように注意する。



4 背中を向けて、防護衣を脱がせてもらう。

脱がせてもらっている間、視線は上向き※



後ろからひっぱる。



※下を向いたときに、マスクで胸元を汚染しないため





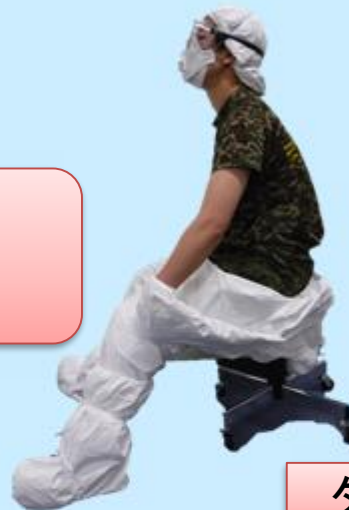
5 イスに座る。



視線は上向き



おしりの下に
防護衣を敷かない。



ダメな例

敷いた場合は、いったん立ち上がり、
イスを消毒してから座りなおす。



6 シューズカバーを脱がしてもらう。



介助者は、片方ずつ、
防護衣の外側だけに触れて脱がせる。

7 防護衣を脱ぐ。





8 手袋を脱ぐ。

手袋では、外側だけ触れる。



素手では、内側だけ触れる。



9 手を消毒する。

顔は上向き
目線だけ、下向き



アルコールが乾くまで擦り込む。



10 ゴーグル、マスクを外す。



ゴムを持って外す。
ゴーグル本体は触らない。



目線は上向き



ゴム2本をまとめて持って外す。
マスク本体は触らない。



11 ヘアキャップを外し、手を消毒する。



アルコールが乾くまで擦り込む。



防護衣（ワンピース型）の着脱 脱衣（12／15）

※一人で脱ぐ場合（カバーテープをはがす。）



適当なところに貼り付ける。

防護衣の**内側に触れない**ようにテープを外す。



防護衣（ワンピース型）の着脱 脱衣（13／15）

※一人で脱ぐ場合（防護衣を脱ぐ。）



ファスナーを開け、**防護衣の内側に触れない**ように脱ぐ。



※一人で脱ぐ場合（シューズカバーを脱ぐ。）



イスに座る。

シューズカバーの
ひもをほどく。





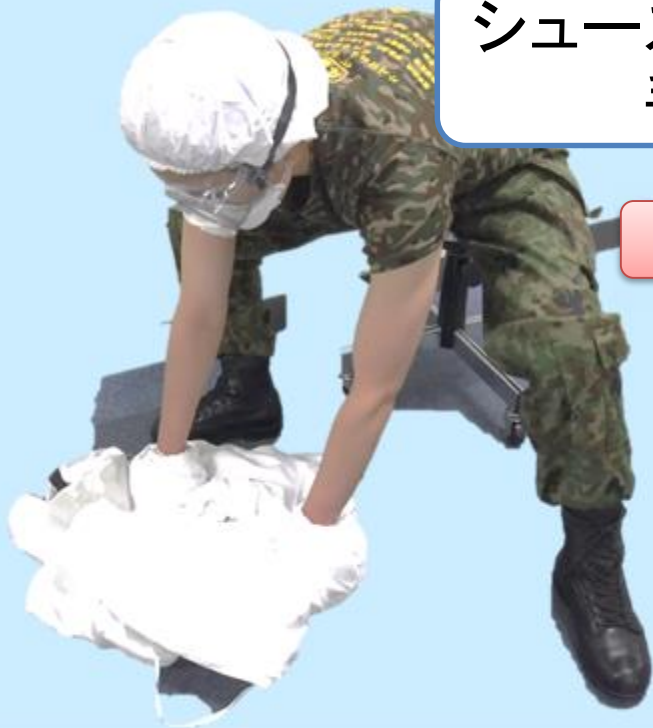
防護衣（ワンピース型）の着脱 脱衣（15 / 15）

※一人で脱ぐ場合（シューズカバーを脱いた後は、同じ）

シューズカバーを脱ぐときは、
手前に足を抜く。

前に出すと、腕が回らない。

ダメな例





目 次

1 衛生教育

- (1) コロナウイルスの概要
- (2) 感染対策
- (3) ゾーニングの一般的な考え方
- (4) 防護基準
- (5) 消毒

2 宿泊支援活動に従事する方への教育

- (1) 宿泊支援活動とは
- (2) 宿泊支援活動要領
- (3) 宿泊支援活動終了後

3 患者輸送活動に従事する方への教育

- (1) 輸送時の養生要領
- (2) 輸送実施要領
- (3) 車内消毒要領

4 新型コロナウイルス Q & A



消 毒（1／5）

消毒＝病原微生物の能力を減退させ病原性をなくすこと



消毒用エタノール
(アルコール)

次亜塩素酸ナトリウム
(漂白剤)





手指消毒用アルコール

- 1 主に手、布製品の消毒に使用
- 2 乾燥するときに、消毒効果
- 3 手荒れしたら、ハンドクリームで保湿
- 4 家電に使用すると、家電が劣化



次亜塩素酸ナトリウム

- 1 市販商品を薄めて作る。(拭き取り: 濃度0.05%)
- 2 毒性があるため人体には使用できない。
- 3 消毒成分が飛ばないように、容器にはふたをする。
- 4 作り置きできない。(24時間以内に作り直す)

0.05% 次亜塩素酸ナトリウム液の作り方

メーカー	商品名	作り方の例
花王	ハイター	水1L に本商品25mL(商品付属のキャップ1 杯)
	キッチンハイター	水1L に本商品25mL(商品付属のキャップ1 杯)
カネヨ石鹼	カネヨブリーチ	水1L に本商品10mL(商品付属のキャップ1/2 杯)
	カネヨキッチンブリーチ	水1L に本商品10mL(商品付属のキャップ1/2 杯)
ミツエイ	ブリーチ	水1L に本商品10mL(商品付属のキャップ1/2 杯)
	キッチンブリーチ	水1L に本商品10mL(商品付属のキャップ1/2 杯)

【注意】

- 使用にあたっては、商品パッケージや企業HPの説明をご確認ください。
- 上記のほかにも、次亜塩素酸ナトリウムを成分とする商品は多数あります。
表に無い場合、商品パッケージやHP の説明にしたがってご使用ください。

（厚労省「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。」より抜粋）

消毒薬を使った清掃時の注意点

- 1 清掃場所にあわせて、適切な消毒液を準備する。
- 2 日常的によく手が触れる場所（ドアノブ、照明スイッチ、リモコン、蛇口、洗濯機などの操作盤等）を隙間なく拭く。
- 3 濡れているところを拭くと消毒薬の濃度が薄まり、消毒できなくなるので乾かしてから清掃する。
- 4 次亜塩素酸ナトリウム製剤を使用するときは、換気を行い手袋を使用する。



目 次

1 衛生教育

- (1) コロナウイルスの概要
- (2) 感染対策
- (3) ゾーニングの一般的な考え方
- (4) 防護基準
- (5) 消毒

2 宿泊支援活動に従事する方への教育

- (1) 宿泊支援活動の概要
- (2) 宿泊支援活動要領
- (3) 宿泊支援活動終了後

3 患者輸送活動に従事する方への教育

- (1) 輸送時の養生要領
- (2) 輸送実施要領
- (3) 車内消毒要領

4 新型コロナウイルス Q & A



新型コロナウイルス

ＰＣＲ検査陽性者（無症状者及び軽症者）が
ホテル等に宿泊されるときに行う支援活動

支援内容

- 1 宿泊者の食事の手配、提供
- 2 ゴミ回収
- 3 退所時における清掃・消毒作業

※ 自衛隊が実施した支援活動の一例



目 次

1 衛生教育

- (1) コロナウイルスの概要
- (2) 感染対策
- (3) ゾーニングの一般的な考え方
- (4) 防護基準
- (5) 消毒

2 宿泊支援活動に従事する方への教育

- (1) 宿泊支援活動とは
- (2) 宿泊支援活動要領
- (3) 宿泊支援活動終了後

3 患者輸送活動に従事する方への教育

- (1) 輸送時の養生要領
- (2) 輸送実施要領
- (3) 車内消毒要領

4 新型コロナウイルス Q & A

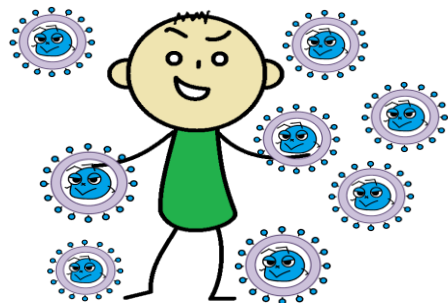


ウイルス陽性者と支援者とのゾーニング（1／3）

宿泊支援 = ウイルスのいる区域に入る

不潔な区域

ウイルス陽性の方
（宿泊者）
が生活する区域

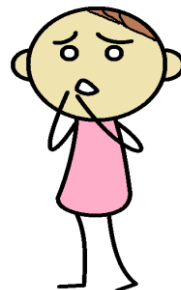


ウイルスがいる区域



清潔な区域

支援者が準備や
休憩を行う区域



ウイルスがない区域

ゾーニングをするときのポイント

- 1 感染拡大防止のためのゾーニングは、専門家の意見を踏まえて決める。
- 2 掲示物などを用いて、誰が見てもわかるように、よく見える位置に表示する。
- 3 不潔な区域と清潔な区域の間に、防護衣の脱衣をする場所を決める。

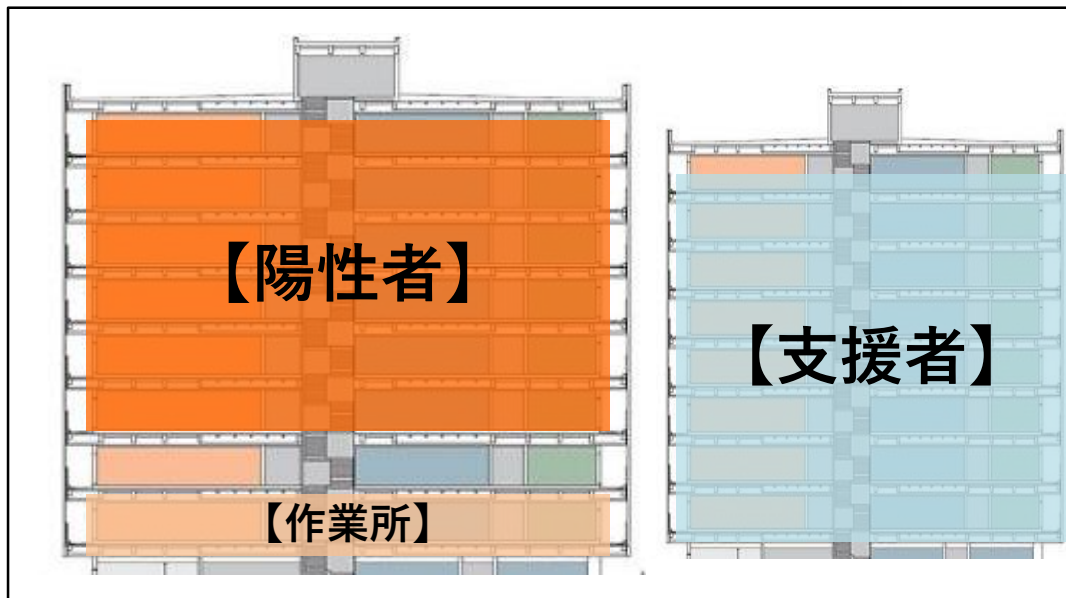


ウイルス陽性者と支援者とのゾーニング（2／3）

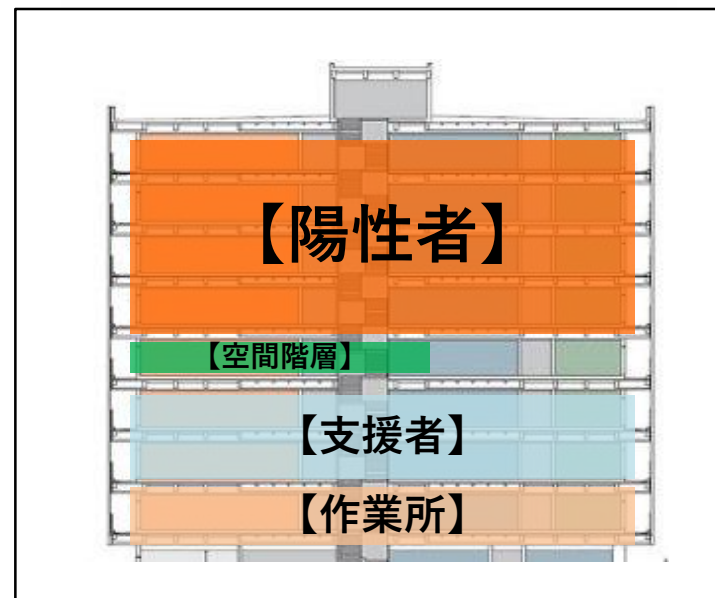
ゾーニング方法に決まりはないため、

その**施設の特性に合わせたもの**が決められる。

本館と別館で区分する場合



フロアで区分する場合



建物やフロアだけでなく、**同じフロア内で区域を分ける**こともある。



ウイルス陽性者と支援者とのゾーニング（3／3）

ゾーニングの一例

- 1 陽性者が行動する範囲と、その移動経路（動線）を設定する。
- 2 陽性者が、支援者の区域に迷い込まないようにテープやコーンで表示する。
- 3 陽性者と支援者は、使用する玄関やエレベーターを分ける。

立入禁止の表示



テープの表示



使用する入口の区分け





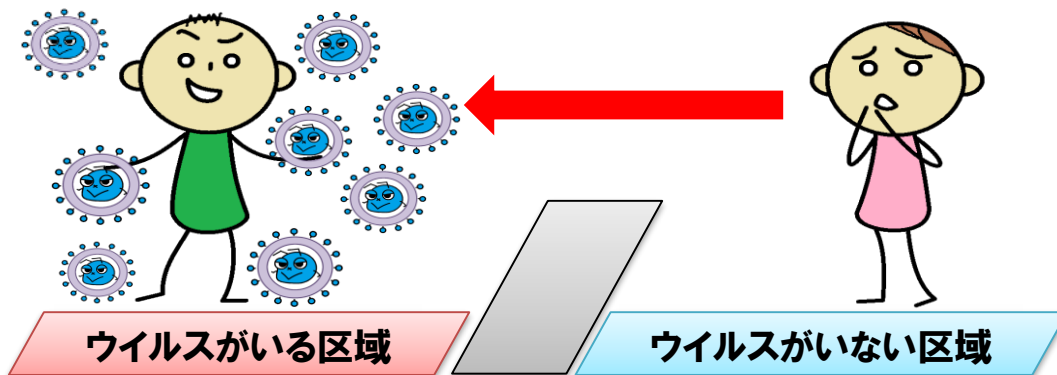
一日の流れ（１／２）

食事やごみ回収、買い物や配達の相談などは、**時間を決めて対応**する。

不潔な区域への**人・モノの出入りを制限**する。

不潔な区域

ウイルス陽性の方
（宿泊者）
が生活する区域



清潔な区域

支援者が準備や
休憩を行う区域

一日の流れをきめるときのポイント

- 1 宿泊者と支援者の接触を防ぐために、できる限り**時間を決めてリズムを作る**。
- 2 長期間の支援に備えて、支援者が**十分な休息**をとれるようにシフトを考慮する。



一日の流れ（2 / 2）

一日の流れの一例

- 1 準備：フロアごとに弁当を分け、館内放送で、陽性者に部屋から出ないように伝える。
- 2 配食：定められた配布場所に弁当を集積する。準備が終わったら館内放送をかけ弁当を受け取ってもらう。
- 3 ゴミ回収：決められた時間に部屋の外にゴミを出してもらい回収する。

時 間	6 時 8 時 10 時 12 時 14 時 16 時 18 時 20 時 22 時													
1 G		準備	配食	休憩				ゴミ回収						
2 G					準備	配食	休憩				準備	配食		



宿泊施設受入れ時の注意事項（１／１）

	注 意 事 項
全 般	○ 宿泊者への対応は電話が原則（連絡先を決めておく。） ○ 対面して対応する時は、手袋・サージカルマスク・ゴーグルを装着
生活のサポート	○ 食事・シーツ等を配るときは、直接受け渡しをしない。 ○ 配布したゴミ袋にゴミをまとめてもらい、決まった時間に部屋の外で回収 ○ 居室内の清掃は、宿泊者自身でしてもらう（入居時に清掃用具を配布）。 ○ ビジネスホテルの通常の備品を参考に必要なものを準備する。 （歯ブラシ、ドライヤー、ポット、お茶・コーヒー等）
健康管理	○ １日１回内線電話等により健康状態を確認、体温は１日２回測定
ゴミ対応	○ 宿泊者が出すすべてのゴミは、感染症廃棄物として廃棄 ○ ゴミを回収する際は、手袋、サージカルマスク、長袖ガウンを使用 ○ 職員の防護具は医療廃棄物として処理

細部は、厚生労働省作成「新型コロナウイルス感染症の軽症者等の宿泊療養マニュアル」を参照



あると便利なもの（１／１）

自衛隊が活動した上で、「あると便利」だったもの

品 名	理 由
手指消毒スプレー	何度も手指消毒をするので、携帯タイプが便利
パソコン	健康管理をするときに、他のスタッフと情報共有ができる。
台 車	弁当を運んだり、ゴミを運んだり、使う機会は多い。
ボールペン	防護衣を着てしまうと、自分のものは持ち込めない。
ハンドクリーム	手指消毒により手が荒れるため。
パーテーション	隔離者とのゾーニングを行うため。
ホワイトボードマーカー	情報を書き込んで、情報共有を図るため。
曇り止めスプレー	ゴーグルが曇るので、防護衣を着る前に使うと便利
８色マジックインキ	陽性者へのメッセージボードを作ったり、表示を色分けしたり、と使う機会は多い。



目 次

1 衛生教育

- (1) コロナウイルスの概要
- (2) 感染対策
- (3) ゾーニングの一般的な考え方
- (4) 防護基準
- (5) 消毒

2 宿泊支援活動に従事する方への教育

- (1) 宿泊支援活動とは
- (2) 宿泊支援活動要領
- (3) 宿泊支援活動終了後

3 患者輸送活動に従事する方への教育

- (1) 輸送時の養生要領
- (2) 輸送実施要領
- (3) 車内消毒要領

4 新型コロナウイルス Q & A



各支援終了後の隔離（１／１）

支援終了後必要に応じて、**支援者は隔離**されることがある。

自衛隊の基準（一例）

区 分		感染リスク	※活動後の経過観察要領
宿泊施設 における支援	宿泊者と対面で行う支援	高	停 留
	必需品の配分、環境整備等宿泊者と接 触しない支援	低	健康観察
輸送支援	空港からの乗客輸送支援	高	停 留
	P C R 検査陰性者の輸送支援	低	健康観察

	場 所	体温 測定	マスク	手洗い	食事・入浴	運動	出張等
停留期間 （２週間）	隔離された個室等	毎日	着用	徹底	他の職員と交わら ないように実施	室内に 限定	実施不可 （テレワークは可）
健康観察期間 （２週間）	自宅、勤務地	毎日	着用	徹底	制限なし	可能	実施を控える。



目 次

1 衛生教育

- (1) コロナウイルスの概要
- (2) 感染対策
- (3) ゾーニングの一般的な考え方
- (4) 防護基準
- (5) 消毒

2 宿泊支援活動に従事する方への教育

- (1) 宿泊支援活動とは
- (2) 宿泊支援活動要領
- (3) 宿泊支援活動終了後

3 輸送活動に従事する方への教育

- (1) 輸送時の養生要領
- (2) 輸送実施要領
- (3) 車内消毒要領

4 新型コロナウイルス Q & A



新型コロナウイルス

PCR検査陽性者（無症状者及び軽症者）を
空港等から宿泊先まで輸送する支援活動

業務内容

- 1 陽性者を乗せたバス等の運転
- 2 陽性者のバス等への案内
- 3 使用するバス等の養生、消毒作業

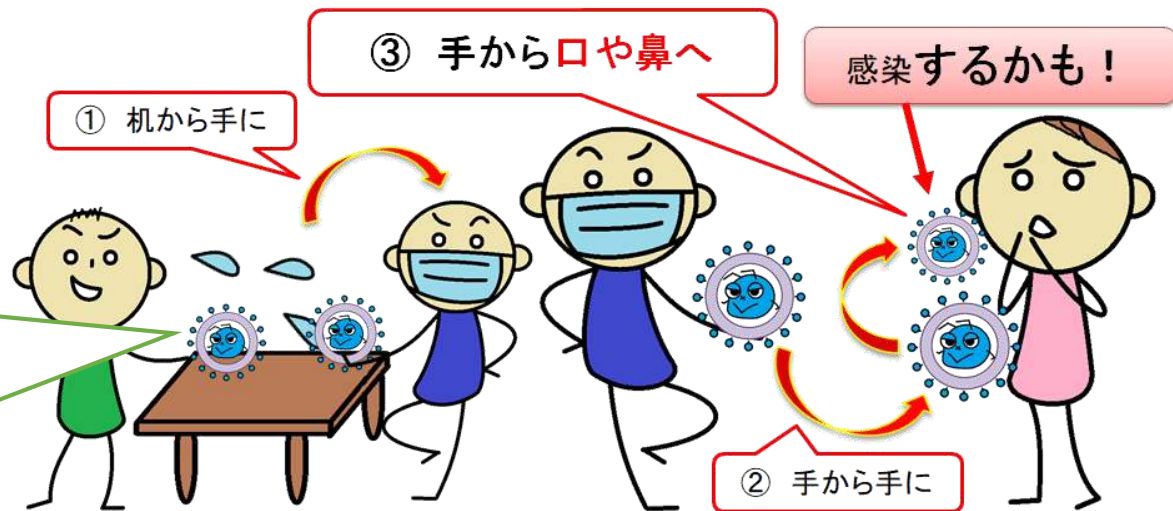
※ 自衛隊が実施した支援活動の一例



養生（1／3）

養生 = ウイルスが付着しそうなところにカバーをかけること

バスにウイルスが
付着するのを予防
または
カバーを、
ウイルスごとにはがす



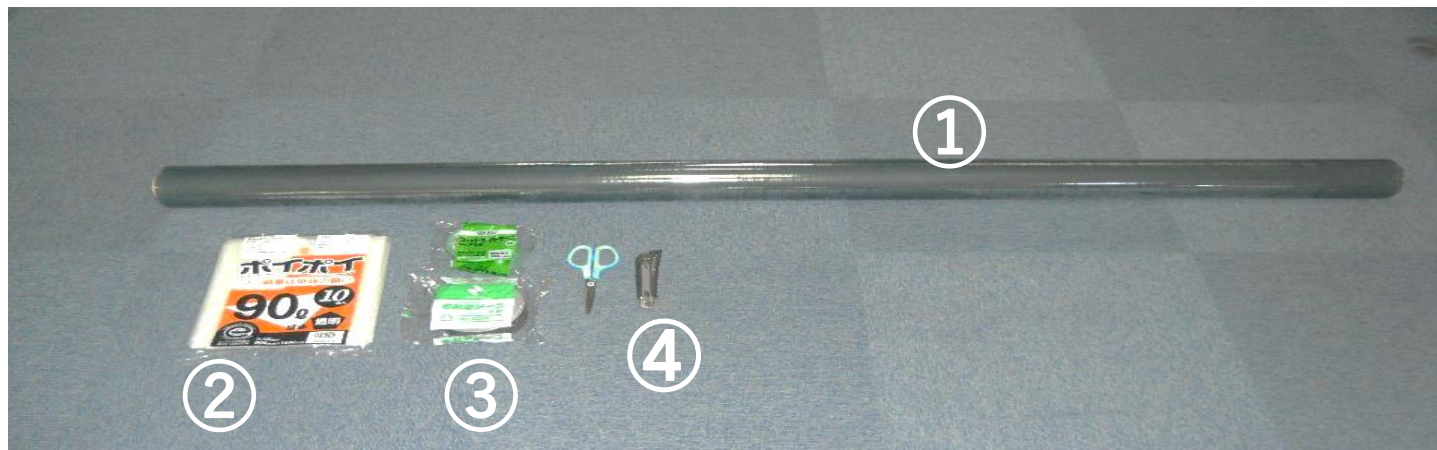
養生するときのポイント

- 1 **陽性者が触れそうなところ**にカバーをする。
- 2 洗淨・消毒が難しいところにカバーをつけ、洗淨・消毒を容易にする。

養生（2／3）

準備物品

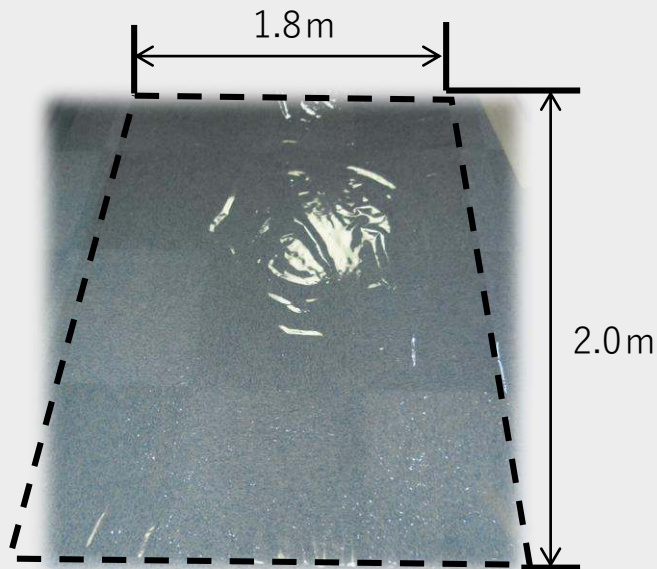
- | | |
|---|----------------|
| ① ビニールシート（透明）1.8m×50m×1本
（ビニールシートのみで養生時） | ③ 養生テープ等×7個 |
| ② ゴミ袋（90ℓ）×70枚
（ゴミ袋による座席養生時） | ④ はさみ及びカッターナイフ |



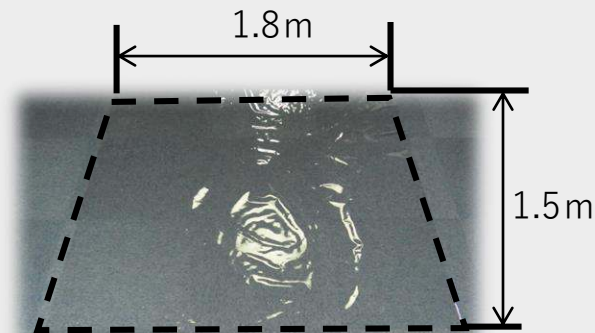
※ 座席の養生は交換せず消毒を実施して使用可、破れた場合は消毒後、交換。
輸送支援終了後、養生を外す際は、全て消毒後に実施。



養生 (3 / 3)



- ① 運転席と乗客の仕切り用に
ビニールシート **2枚**を準備



- ② 各座席の防護に必要な
ビニールシート **21枚**準備

ビニールシートを使ったバスの養生（１／２）



① 準備したビニールシートを座席に垂らす。



② 座席下を持ち上げる。



③ ビニールシートを巻き込み固定



④ 座席下を戻し、ビニールシートを整える。



⑤ 背もたれ裏側をテープで固定



⑥ 補助席を倒し、余りを下で固定



⑦ 両端を緊張し後ろ側に回す。



⑧ テープでまとめて固定



⑨ カッターを使用し、シートベルトを取り出す。



⑩ シートベルトを取り出し整える。



⑪ 補助席を倒し、ビニールシートをかけて固定



⑫ 完 成

ビニールシートを使ったバスの養生（2／2）

運転席と各座席とのゾーニングを以下の要領で実施する。

①



ビニールシートを中央で50cm重ね運転席側をテープで天井に固定

②



反対側からも同様にテープで補強

③



両サイドも空気漏れがないようにテープで固定

④



1列目の座席下にもテープで固定

⑤



重ねたビニールシートの端部分に目印としてテープを貼り付け

⑥



最後にすべてのカーテンを閉めて完成※

※ プライバシー保護の観点から実施

ゴミ袋を使ったバスの養生（1／1）

90ℓゴミ袋を使用する際は、以下の要領で実施する。

①



90ℓゴミ袋を準備

②



2席分の背もたれを包み込む。

③



下まで隙間なく整える。

④



座席下を外す。

⑤



ゴミ袋に座席下を直接入れる。

⑥



ゴミ袋の残りをたたんで固定

⑦



座席下を元に戻す。

⑧



シートベルトで袋を破らないよう注意

⑨



補助席を倒し、ゴミ袋をかける。

⑩



テープで固定し、整えたら完成



目 次

1 衛生教育

- (1) コロナウイルスの概要
- (2) 感染対策
- (3) ゾーニングの一般的な考え方
- (4) 防護基準
- (5) 消毒

2 宿泊支援活動に従事する方への教育

- (1) 宿泊支援活動とは
- (2) 宿泊支援活動要領
- (3) 宿泊支援活動終了後

3 患者輸送活動に従事する方への教育

- (1) 輸送時の養生要領
- (2) 輸送実施要領
- (3) 車内消毒要領

4 新型コロナウイルス Q & A

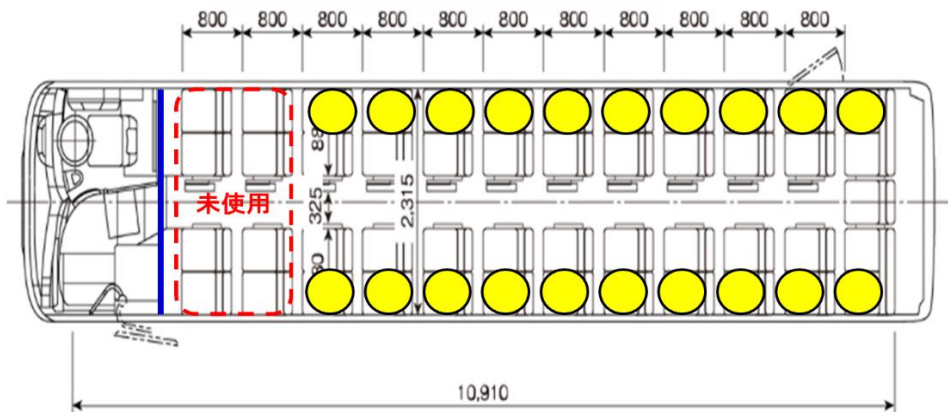


陽性者輸送の一例（１／３）

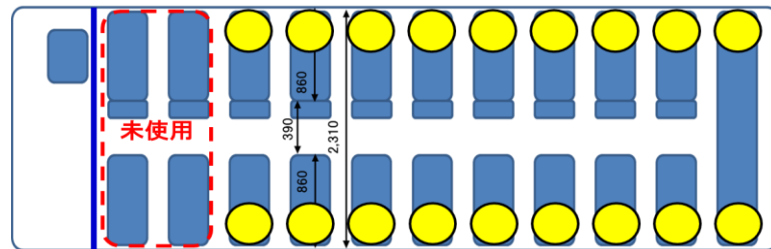
- 1 陽性者と直接対応するドライバー等は**ワンピース型防護衣**を着用する。
- 2 **運転席と座席の間にカーテン（ビニールシート）**を設置し、飛沫感染を防止する。消毒を容易にするために座席を養生する。
 - ※ カーテンは輸送対象者が直接触れないように管理（特に乗降時）
 - ※ 必要に応じて、突っ張り棒を準備
- 3 運転席後ろの**座席２列は使用せず、窓際の座席のみを使用**して乗車（ドライバーとの距離をとり、陽性者同士も距離をとる）

陽性者輸送の一例（2／3）

観光バスタイプ



路線バスタイプ



【凡例】

●:人員

:カーテン(ビニールシート(透明))

大型バスで輸送するときのポイント

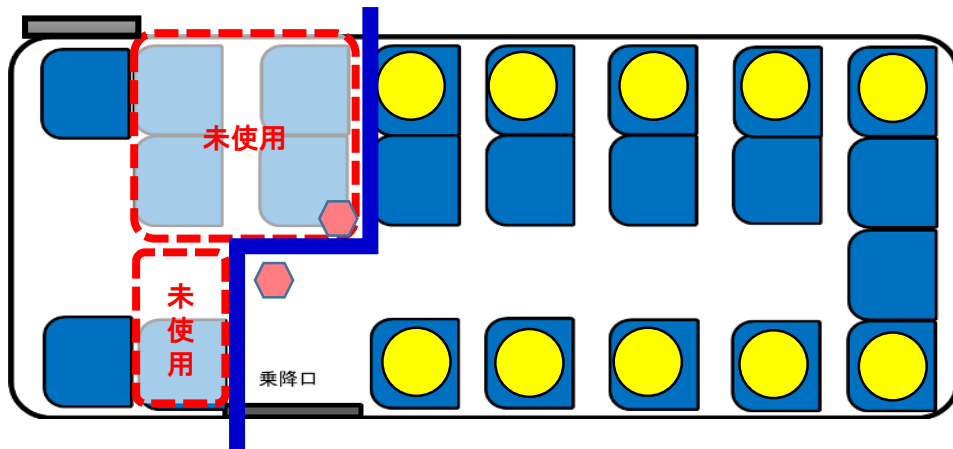
- 1 荷物はトランクケースに積載し、トランクケースが設備されていないバスは陽性者を乗せるバスとは別に荷物車を準備
- 2 荷物の載せ降ろしは操縦手等が取り扱う。（濃厚接触者を極限）



陽性者輸送の一例（3／3）

マイクロバスタイプ

ドライバー、
助手の乗降口



【凡 例】

● : 人員

■ : カーテン(ビニールシート(透明))

⬡ : 突っ張り棒

マイクロバスで輸送するときのポイント

- 1 陽性者の手荷物等を乗せることを考えて、乗車するのは10名程度
- 2 ドライバー、助手等は、陽性者とバスの乗降口を共有しない



目 次

1 衛生教育

- (1) コロナウイルスの概要
- (2) 感染対策
- (3) ゾーニングの一般的な考え方
- (4) 防護基準
- (5) 消毒

2 宿泊支援活動に従事する方への教育

- (1) 宿泊支援活動とは
- (2) 宿泊支援活動要領
- (3) 宿泊支援活動終了後

3 患者輸送活動に従事する方への教育

- (1) 輸送時の養生要領
- (2) 輸送実施要領
- (3) 車内消毒要領

4 新型コロナウイルス Q & A



車内の消毒方法の一例（１／４）



準備物品

- ①ディスポタオル
- ②サージカルマスク
- ③ディスポガウン

- ④ディスポ手袋
- ⑤ゴミ袋
- ⑥アルコール消毒液

- ⑦アルコールティッシュ
- ⑧ゴーグル



車内の消毒方法の一例（2／4）

① 消毒薬とディスポタオルを準備する。



- * 次亜塩素酸ナトリウムで消毒する場合は**0.05%**で使用する。
（その場合、カーテンへの噴霧は避ける。）
また、錆の原因になるため10分後、水拭きする。



車内の消毒方法の一例（3／4）



- ② 奥から手前、上から下の順に**手すり**、**シートベルト**を重点的に拭く。
* カーテンはアルコールを噴霧する。



車内の消毒方法の一例（4 / 4）

③ ガウン、手袋を脱ぎ、マスク、ゴーグルを外す。



④ ごみは感染性廃棄物として袋を二重にし、処理業者に渡す。
* **中のものには触らない。**



輸送活動を行う上での注意事項（1 / 1）

区 分	服 装	手順及び注意事項
輸送時	ワンピース型防護衣一式	1 手指消毒後、ワンピース型防護衣一式を装着する。 （細部装着要領は現場で示された手順を厳守する。） 2 【操縦間のみ】手指消毒後にゴーグルを外す。 （事故防止のため）
輸送後	ワンピース型防護衣一式	1 手指消毒後、ワンピース型防護衣を脱ぐ。（内側が清潔、外側は不潔の概念で） 防護衣の 脱衣時は汚染を拡げやすい ため注意する。 （細部脱衣要領は現場で示された手順を厳守する。） 2 脱衣後は手指消毒
車内消毒時	サージカルマスク、手袋 ガウン、ゴーグル、など	1 手指消毒後、ガウン装着 （細部装着要領は現場で示された手順を厳守する。） 2 手袋装着（袖口は手袋の中に入れ込む） 3 消毒に使用する アルコールシートは、消毒薬が乾く前に交換 する。
車内消毒後	サージカルマスク、手袋 ガウン、ゴーグル、など	1 手指消毒後、ガウンを脱ぐ。（内側が清潔、外側は不潔の概念で） （細部脱衣要領は現場で示された手順を厳守する。） 2 脱衣後は手指消毒
支援後の隔離期間	サージカルマスク（2週間）	・サージカルマスクを装着し隔離区画内で生活（こまめな手洗い、うがいの実施） ・個人用モニタリングシート2週間記録

その他	* 服装および着脱手順は現場に掲示し、いつでも確認できるようにする。 * 常に不潔な部分、清潔な部分を意識して着脱 * 使用した物品は、二重にしたごみ袋に入れ、指定された場所へ * 個人用モニタリングシートは2週間記録した後、指定された場所へ提出
-----	--



目 次

1 衛生教育

- (1) コロナウイルスの概要
- (2) 感染対策
- (3) ゾーニングの一般的な考え方
- (4) 防護基準
- (5) 消毒

2 宿泊支援活動に従事する方への教育

- (1) 宿泊支援活動とは
- (2) 宿泊支援活動要領
- (3) 宿泊支援活動終了後

3 患者輸送活動に従事する方への教育

- (1) 輸送時の養生要領
- (2) 輸送実施要領
- (3) 車内消毒要領

4 新型コロナウイルス Q & A



新型コロナウイルス いろいろQ & A

新型コロナウイルス陽性者の宿泊支援等に従事する方



新型コロナウイルス いろいろQ & A

新型コロナウイルス陽性者の生活支援等に従事する方

- その1 防護衣を着て、汚染エリアまで入ってきたのに、ズボンのポケットに携帯電話が入ったままだった！どうしよう？
- その2 宿泊支援中に、手袋が破けてしまった。どうしよう？自分も感染してしまう？
- その3 防護衣を脱衣するときに、片足が清潔区域にはみ出しちゃった。だれも見えてないから、黙っていれば問題ない？
- その4 新型コロナウイルス陽性になった方の宿泊支援をしています。今日はなんとなく、朝から体がだるい。疲れているだけかな？
- その5 新型コロナウイルス陽性になった人、感染が疑われる人、感染していない人のゴミは、すべて同じ処理で大丈夫ですか？
- その6 新型コロナウイルス陽性の方々の輸送業務、宿泊支援を実施しました。濃厚接触者になりますか？
- その7 支援後、毎日体温測定をするよう指示がありました。体温計が1人1本ありません。共有しても大丈夫ですか？
- その8 輸送支援でつなぎの防護衣を着るように言われました。ゴーグルの横などに隙間があるのですが、テープでふさいだ方がいいですか？
- その9 ウイルス陽性の方の生活支援に行くことになりました。ガウンを着るように言われましたが、自分は、つなぎ型の防護衣を着ようと思います。
- その10 眼が悪いので、メガネがないと何も見えません。支援作業中にメガネがくもったら、どうしたらいいですか？



新型コロナウイルス いろいろQ & A

日常生活の上での疑問

- その1 マスクが品切れで手に入らないです。使い捨てマスクを1週間くらい使っても大丈夫ですか？
- その2 マスクが品切れで手に入らないです。使い捨てマスクを洗って使う場合は、何回まで使っていいですか？
- その3 職場で、同僚との接触が避けられません。まだコロナウイルス陽性は周囲では出ていないけど、不安です。何かできることはないですか？
- その4 ウイルスが怖いので、部屋中を消毒したいです。どの消毒薬が効きますか？
- その5 手に付いたウイルスが感染の原因になるなら、手にウイルスがつかないように、ずっと手袋をしていようと思います。
- その6 ウイルス検査を受けて、自分は陰性でした。他の人に感染させる可能性はないですよね？
- その7 PCR検査で陰性なら、新型コロナウイルスには感染していない、という証明にはならないんですか？
- その8 食器用スポンジを職場のみんなで使いまわしています。感染する可能性がありますか？
- その9 手作りマスクを作りたいです。簡単な方法はありませんか？
- その10 職場では、個人の机のまわりにしきりを作って、半個室状態にして仕事をしています。感染対策として、効果はありますか？
- その11 マスクをはずすときに注意することはありますか？ごはんを食べるときは、どこに置けばいいですか？
- その12 マスクの布の網目よりも、ウイルスの方が小さいと聞きました。マスクをしていても、ウイルスが通れるなら、マスクをする意味はないような気がします。
- その13 昨日友人とすれ違ったときに挨拶をして、会話はしていません。その友人が、今朝から新型コロナウイルス陽性の症状が出たそうです。濃厚接触になりますか？
- その14 マスクを毎日洗うように言われました。どうやって洗えばいいですか？
- その15 感染対策の効果が高くなるように、分厚い布でマスクを手作りしました。マスクをつけると息苦しいです。



新型コロナウイルス いろいろQ & A

教育資料使用に関する質問等

- その1 中方医務官室が作成した新型コロナウイルスの教育資料の一部を使って教育をしたいです。どこに許可をとればいいですか？



新型コロナウイルス いろいろQ & A

更新履歴

- Ver.1.1 ○ 宿泊支援等に従事する方 Q & A (その5) 「陽性者のゴミ処理について」
環循適発2003044号 (2.3.4) に準拠して表現を一部修正
- Ver.1.2 ○ 「生活支援」→「宿泊支援」、「患者輸送」→「輸送支援」に名称を統一、表記のブレを修正
○ 宿泊支援等に従事する方 Q & A (その6) 「支援業務に係る濃厚接触について」
国立感染研究所の濃厚接触者の定義追加にあわせて内容を一部削除
新たに 日常生活上での疑問 Q & A (その13) 「濃厚接触者の定義について」を追加
○ 生活支援等に従事する方 Q & A (その10) 「防護衣着用中のメガネの曇りについて」を追加
○ 日常生活の上での疑問 Q & A (その11) 「食事などマスクを外す場合について」を追加
○ 日常生活の上での疑問 Q & A (その12) 「マスクの使用目的について」を追加
○ 日常生活の上での疑問 Q & A (その14) 「マスクの洗濯について」を追加
○ 日常生活の上での疑問 Q & A (その15) 「マスク装着時の注意」を追加
○ 教育資料に関する疑問 Q & A (その1) 「教育資料の転用について」を追加

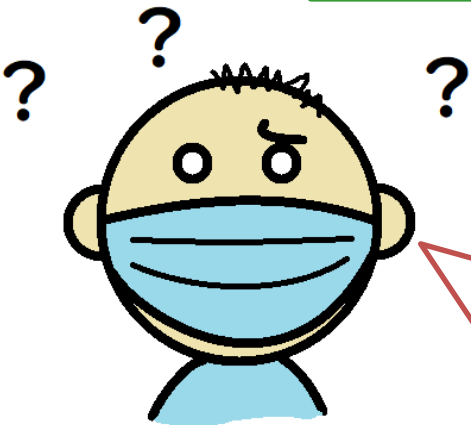


新型コロナウイルス いろいろQ & A

新型コロナウイルス陽性者の宿泊支援等に従事する方



宿泊支援等に従事する方 Q & A (その1)

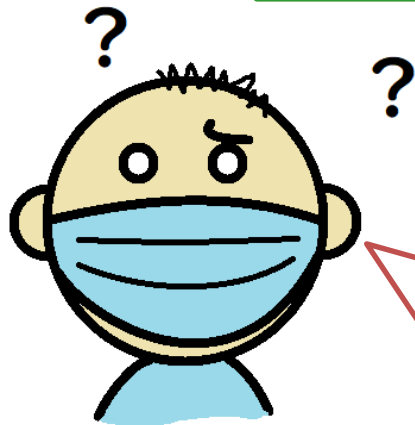


防護衣を着て、不潔な区域まで入ってきたのに、ズボンの**ポケットに携帯電話が入った**ままだった！
どうしよう？

- 1 防護衣を脱衣するまで、そのままにする。
防護衣を脱衣して、手を消毒した後であれば、携帯電話を触っても大丈夫。
- 2 もしポケットから落ちたり、飛び出たりした場合は、消毒します。
消毒により、液晶が使えなくなったり、本体が壊れたりする可能性があります。
- 3 **防護衣を着る前に、ポケットの中は確認**しましょう。
「不潔な区域に持ち込むもの＝捨ててもいい、壊れてもいいもの」です。



宿泊支援等に従事する方 Q & A (その2)

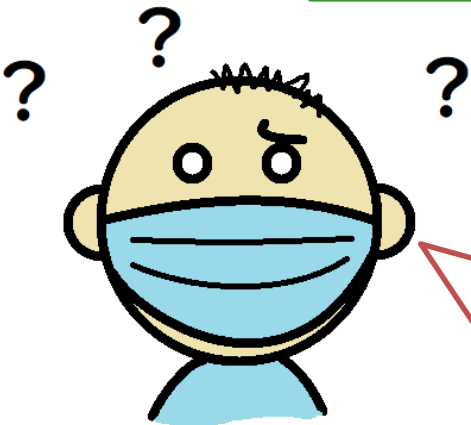


宿泊支援中に、手袋が破けてしまった。
どうしよう？自分も感染してしまう？

- 1 **作業を中断して、手をアルコール消毒**した後、新しい手袋を装着します。
そのまま、ルールに従って、防護衣を脱いだ後、**手洗い・アルコール消毒**をします。
- 2 作業の内容や手袋の破け方を専門家（医師や看護師）に報告し、次の指示を受けてください。
- 3 手にウイルスはついて、そのウイルスがついた手で、目、口や鼻を触らない限り、感染することはありません。
そのため、宿泊支援の中で手袋が破けただけでは、感染の可能性はほとんどありません。手袋が破けても、その後に、落ち着いて行動することが大切です。



宿泊支援等に従事する方 Q & A (その3)

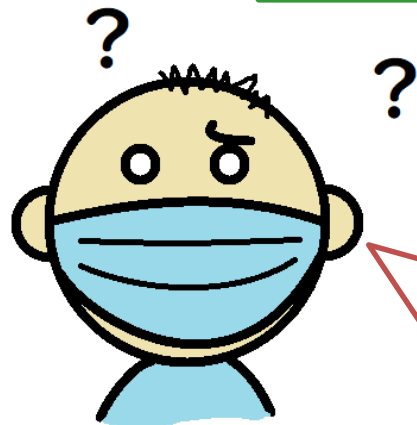


防護衣を脱衣するときに、片足が清潔区域にはみ出しちゃった。
だれも見えてないから、黙っていれば問題ない？

- 1 **問題あります。**
すぐに介助者に伝えて、**片足がはみ出たところを消毒薬で消毒**してもらいましょう。
- 2 区域がはみ出してしまうことは、実はよくあります。
それに気づいたときに、すぐに消毒する対応をすれば問題ありません。
- 3 もし黙っていた場合は、他の人はそこを清潔だと思って行動します。
すると、知らない間に不潔な区域がどんどん広がるため、自分も知らないうちに汚染されてしまうかもしれません。



宿泊支援等に従事する方 Q & A (その4)

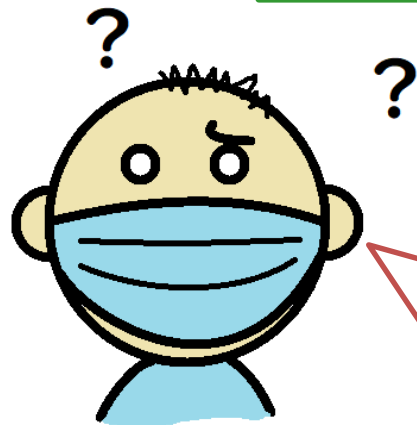


新型コロナウイルス陽性になった方の宿泊支援をしています。今日はなんとなく、朝から体がだるい。疲れているだけかな？

- 1 体調不良、疲労感があるときは、**体温測定をして、体調報告**をしましょう。
仕事に行っていないかどうかは、専門家（医師、看護師）の指示を仰ぎましょう。
- 2 たとえ、そのときはコロナウイルスに感染していなかったとしても、体調不良や疲労感があるときは、免疫力が低下しています。
- 3 無理に仕事に行くと、コロナウイルスに感染するリスクが高くなります。
しっかり休んで体調を戻してから、また働きましょう。



宿泊支援等に従事する方 Q & A (その5)



新型コロナウイルス陽性になった人、感染が疑われる人、
感染していない人の
ゴミは、すべて同じ処理で大丈夫ですか？

- 1 **病院・ホテル等で隔離されている新型コロナウイルス陽性になった人の出すゴミ**は、可燃・不燃・プラスチック等に関係なく、**すべて感染性医療廃棄物**として、指定されたゴミ箱・ゴミ袋に入れて、専門業者に処理を依頼します。陽性になった人の宿泊支援に関するゴミも、感染性医療廃棄物として処理しなければならないものがあります。ゴミの区分については、専門家に確認してください。
- 2 感染が疑われる人の出すゴミについては、その**状況に合わせて判断**する必要があります。感染が疑われることがわかった時点で、自分の出すゴミや生活にかかわる制限等について、専門家に確認してください。
- 3 感染が疑われて、**自宅に隔離されている人の出すゴミ**については**通常ゴミ区分**で廃棄してください。もし、自宅に陽性になった人がいる、という状況であれば、**ゴミにもウイルスが付着している可能性****ある**ことを認識して、決められたルールを守り、自分が感染したり、感染を広げたりしないようにしましょう。（環境省HP参照）



宿泊支援等に従事する方 Q & A (その6)

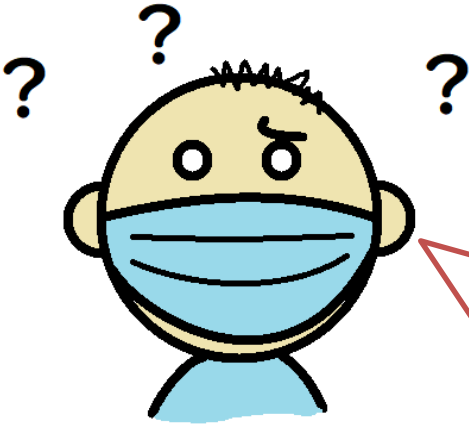


新型コロナウイルス陽性の方々の
輸送支援、宿泊支援を実施しました。
濃厚接触者になりますか？

- 1 **輸送支援、宿泊支援**をすると、濃厚接触になるように思われます。しかし、「**正しい防護衣**」を「**正しく使用**」して作業していれば濃厚接触者とはならない、とされています。
- 2 つまり、決められた防護衣を決められた手順で正確に着用・脱衣できれば、**通常、濃厚接触者にはなりません。**
- 3 しかしながら、各支援業務に従事した人たちには、「停留」や「健康監視」の期間が決められています。その理由は、決められた防護衣を決められた手順で「**正確に着用・脱衣**」することが**非常に難しい**からです。そこで、万が一、という可能性を考えて「停留」や「健康監視」の対策がとられています。自分の身を守るために、決められた防護衣をできるだけ正確に着用・脱衣できるよう注意してください。



宿泊支援等に従事する方 Q & A (その7)



支援後、毎日体温測定をするよう指示がありました。
体温計が1人1本ありません。共有しても大丈夫ですか？

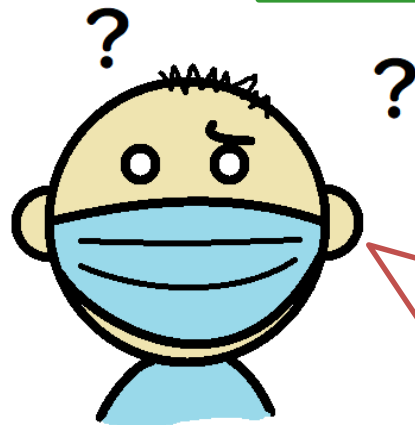
- 1 体温計を共有することは何の問題もありません。
- 2 しかし、注意しなければならないことがあります。
 - (1) 体温測定前に**手洗い、もしくは手のアルコール消毒**をすること
 - (2) 体温測定をしたら、体温計を**消毒薬で拭いてからケースに戻す**こと

※ 消毒薬

アルコール消毒でも可。0.05%の次亜塩素酸ナトリウムの消毒でも可



宿泊支援等に従事する方 Q & A (その8)



輸送支援でつなぎ型の防護衣を着るように言われました。ゴーグルの横などに隙間があるのですが、テープでふさいだ方がいいですか？

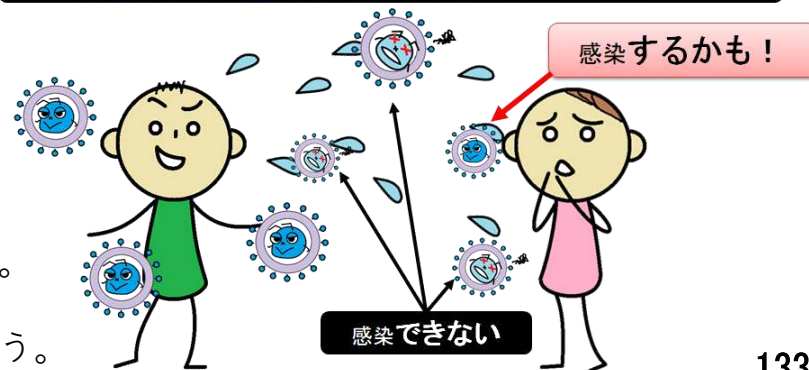
- 1 新型コロナウイルス対応では、つなぎ型の防護衣で隙間ができることに問題はありません。
むしろ、**ふさぐために使用したテープをはがす際に**、ウイルスが飛び散ったり、防護衣が破けたりする方が**リスクが高い**と思われます。

- 2 理由は、ゴーグルや防護衣の隙間から、咳やくしゃみによる唾液や鼻水が入ってくる可能性は非常に低いからです。

さらに、ウイルス陽性の方は、マスクを装着しており、輸送支援に関わる方とは十分距離をとり、車の中でもカーテンなどで区画が分けられる等の安全対策がとられます。

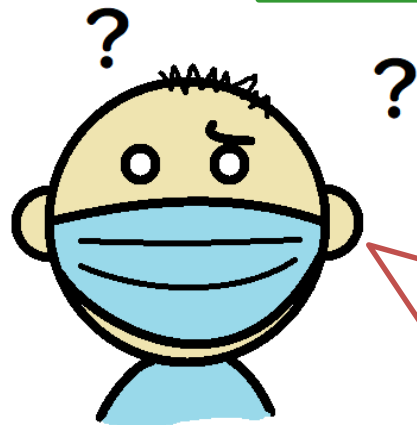
テープでふさぐ必要はありませんが、**できるだけ隙間が小さくなるように自分に合ったサイズを選ぶ**ようにしましょう。

会話、咳、くしゃみで飛ぶ唾液や鼻水に乗って他の人へ





宿泊支援等に従事する方 Q & A (その9)

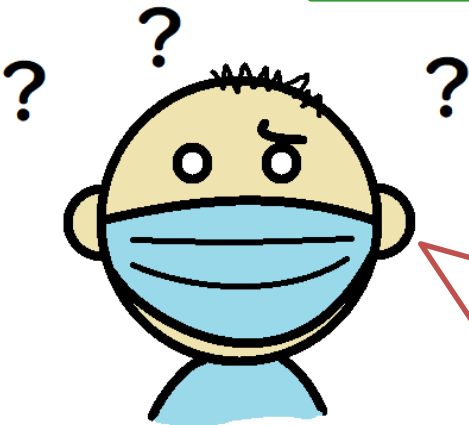


ウイルス陽性の方の宿泊支援に行くことになりました。
ガウン型の防護衣を着るように言われましたが、
自分は、ワンピース型の防護衣を着ようと思います。

- 1 感染対策において、もっとも重要なことは「**全員が同じルールに従って行動すること**」です。
だれかがルールを破ると、ルールを破った人だけでなく、きちんとルールを守っている人にまで危険が及びます。
- 2 一見すると、ガウン型に比べ、ワンピース型防護衣を着たほうが安全のように見えます。
しかし、ワンピース型防護衣は脱ぐのが非常に難しく、脱ぐときに自分をウイルスに汚染させる可能性がとても高いのです。結果的に、ガウン型を着ていたほうが汚染されなかった、ということになりかねません。
- 3 ご自身はもとより、周囲の人を感染させてしまう可能性があります。**絶対にしないでください。**



生活支援等に従事する方 Q & A (その10)



眼が悪いので、メガネがないと何も見えません。
支援作業中にメガネがくもったら、
どうしたらいいですか？

1 まず、曇らないための対策をしっかりとしましょう。

(1) 装着前に**曇り止め**を使う。

(2) 装着前に、**石けんなどで洗い、流す**（ガラス面に膜ができるため、曇り止めの効果あり）。

2 どんなに対策をしても、メガネやゴーグルが曇ることはあります。**絶対にしてはならないのは、
「メガネやゴーグルを、その場で拭くこと」**です。

汚染区域に入って作業しているとき、あなたの手袋はウイルスに汚染されている可能性があります。
その手で、目の近くにあるメガネやゴーグルに触れると、目からウイルスが感染する可能性があります。

3 メガネやゴーグルが曇って前が見えなくなったら、少し面倒くさいかもしれませんが、ルールに従って
防護衣を脱ぎ、手を消毒してからメガネを拭いてください。

必要があれば、再度、防護衣を装着して、作業に戻ってください。

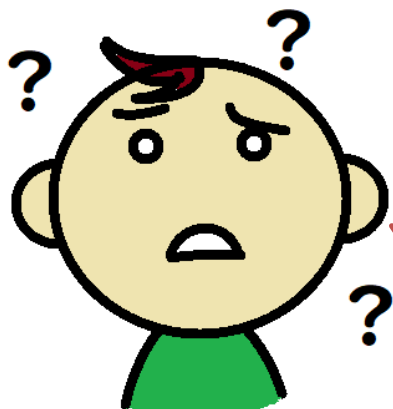


新型コロナウイルス いろいろQ & A

日常生活の上での疑問



日常生活の上での疑問 Q & A (その1)

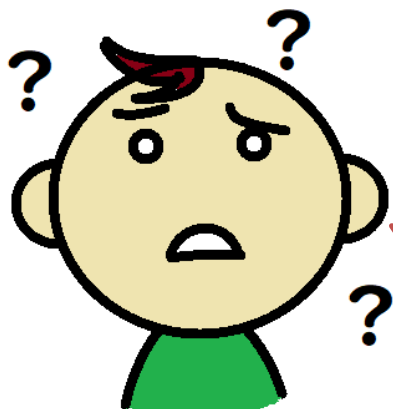


マスクが品切れで手に入らないです。
使い捨てマスクを1週間くらい使っても大丈夫ですか？

- 1 使い捨てマスクを使い続けることは、逆に感染のリスクを高めます。理由は、マスクに付いたウイルスが、マスク内の唾液や鼻水などの中で生き続けてしまうためです。
最低でも1日1枚としてください。咳やくしゃみが出る人は、交換頻度を多めにしたほうがいいです。
- 2 とはいえ、マスクは品薄です。
マスク装着より、**感染対策として有効とされているのが、手洗い**です。
- 3 マスクは、自分の唾液や鼻水を周囲に飛ばさないようにしたり、相手が飛ばした唾液や鼻水を口や鼻に入れないようにするのに有効です。しかし、咳やくしゃみで飛んだ唾液や鼻水による飛沫感染よりも、自分の手についたウイルスを自分の口や鼻を触ることにより接触感染する確率や、他の場所にウイルスを広げるリスクの方がはるかに大きいのです。
マスクの品薄を嘆く前に、頻繁に手洗いをして、自分の手をきれいにしましょう。



日常生活の上での疑問 Q & A (その2)

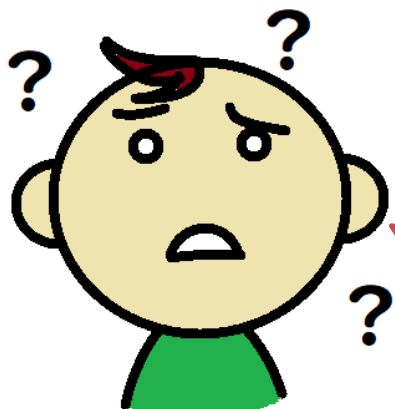


マスクが品切れで手に入らないです。
使い捨てマスクを洗って使う場合は、
何回まで使っていいですか？

- 1 本来であれば使い捨てマスクは使い捨てすることを前提で作られているので、**使い捨てにすべき**です。
ですが、今はそんなことを言っていないのも事実です。
- 2 新型コロナウイルスの感染対策として、一般の方がマスクをする場合は、**使い捨てマスクでも
布マスクでも、手作りマスクでも、効果はほとんど変わりません。**
使い捨てマスクを再利用するより、布マスクや手作りマスクに替えた方が感染対策として効果的です。
- 3 布マスク、手作りマスクを洗って再利用するときの注意点
 - (1) 洗った後は、**しっかりと乾燥**させる。
 - (2) マスクの表面が傷んできたら（ケバケバする、薄くなってきている）、交換する。
 - (3) **1日1回は新しいマスク（洗ったあとのマスク）に交換**する。



日常生活の上での疑問 Q & A (その3)

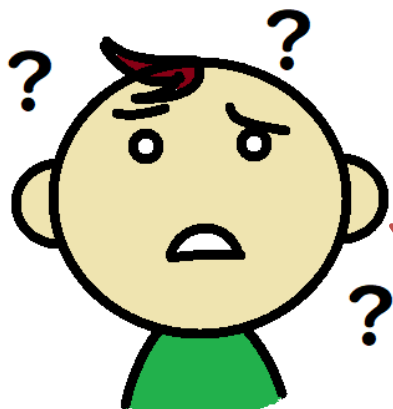


職場で、同僚との接触が避けられません。
まだコロナウイルス陽性は周囲では出ていないけど、
不安です。何かできることはないですか？

- 1 **まず、手洗い**をしっかりとしましょう。
全員が手洗いをしっかりとやることで、ウイルスが広範囲に広がる可能性を下げることができます。
- 2 **次に大切なのが、部屋の掃除**です。
窓を開けて、換気をしながら、部屋の整理整頓して、できるところは水拭きします。掃除が終わって
1 5分くらいしたら窓を閉めるとちょうどよいと思います。**掃除の後は、手洗い**をします。
- 3 ウイルスは、単独では生きられない、非常に弱いものです。部屋の中に落ちている、唾液や鼻水、体の垢などに潜んで、そこで生活している人たちが、自分を吸い込んでくれるのを待っています。
掃除をすることで、ウイルスとウイルスが潜むところをなくします。
なにも特別なことはありません。



日常生活の上での疑問 Q & A (その4)



ウイルスが怖いので、部屋中を消毒したいです。
どの消毒薬が効きますか？

1 前提として、部屋中の消毒はあまり効果がありません。普通の掃除をしっかりとすることの方が、効果があります。どうしても消毒をしたいのであれば、自分が**よく触るところだけで十分**です。

「よく触るところ」の一例としては、電気のスイッチ、ドアノブ、棚扉・水道の蛇口、パソコンのキーボード・マウス、机の上などです。

2 使用する消毒薬は、**アルコール、次亜塩素酸ナトリウム（漂白剤）が有効**とされています。

(1) アルコール

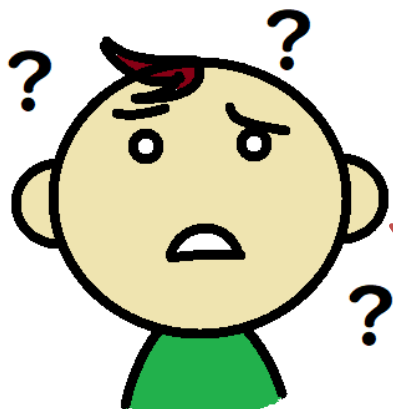
家電に使用すると、変色や故障の原因にもなります。また、ものによっては、手荒れを引き起こします。手荒れすると、その傷にウイルスが入り込むことがあるので、ハンドクリームなどでケアしましょう。

(2) 次亜塩素酸ナトリウム（漂白剤）

塩素ガスを発生させるため、使い過ぎは注意が必要です。実際に、この消毒薬による死亡事故も起きています。使うときは必ず、注意事項を確認し、換気をしましょう。



日常生活の上での疑問 Q & A (その5)

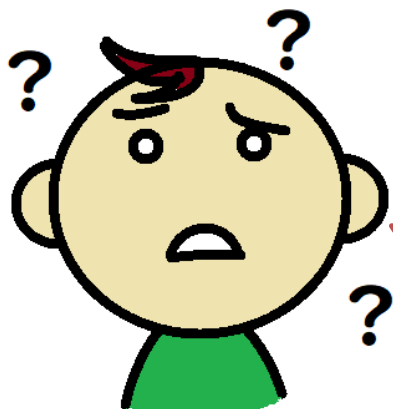


手に付いたウイルスが感染の原因になるなら、
手にウイルスがつかないように、
ずっと手袋をしていようと思います。

- 1 手袋をつけて生活することに、**感染対策としての効果はほとんどありません。**
逆に、手袋の中で他のばい菌が増殖します。
- 2 健康な人の皮膚から、ウイルスが体の中に侵入してくることはありません。つまり、健康な皮膚があれば、新型コロナウイルスに関しては、すでに手袋をしている状態と変わりはないのです。
- 3 手袋をしたまま、ウイルスのついていところを触ると、手袋にウイルスが付着します。その手袋で、自分の口や鼻に触れると…。手袋をつけること自体が感染対策にはならないのです。
- 4 医療者や、ウイルス陽性となった人の生活支援をする方々が、手袋を使用します。
手袋は、「**脱ぐタイミング**」が**非常に重要**になります。手袋を使用するときは、その施設で決められたルールに従って、手袋をつけ、脱いでください。

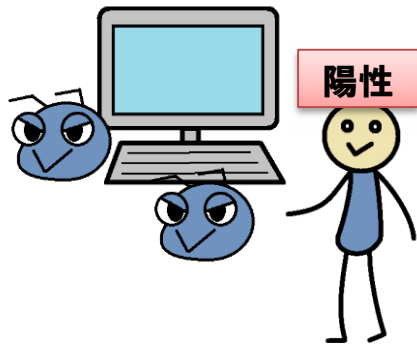


日常生活の上での疑問 Q & A (その6)

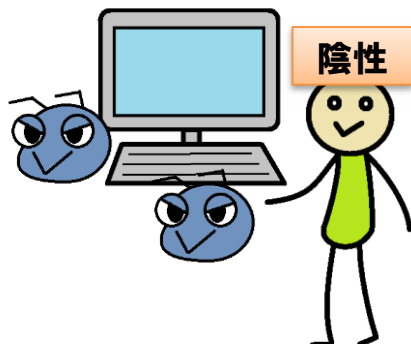


ウイルス検査を受けて、自分は陰性でした。
他の人に感染させる可能性はないですね？

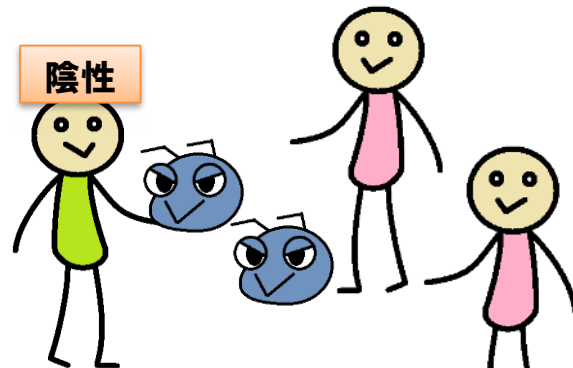
ウイルス検査で陰性だったとしても、**他の人に感染させる可能性があります**。マスク、手洗いをして対策しましょう。



陽性の人がパソコン操作中に咳を
すると、パソコンにウイルスが付く。



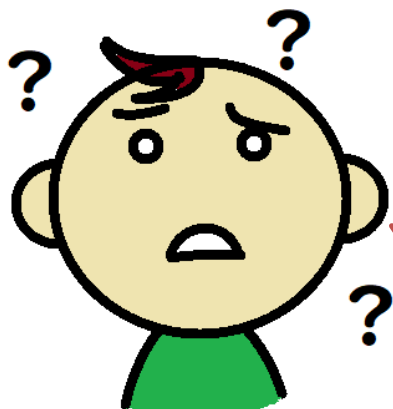
パソコンに触れた陰性の人の
手にウイルスが付く。



陰性の人が、他の人に
ウイルスを運び、感染させる。



日常生活の上での疑問 Q & A (その7)

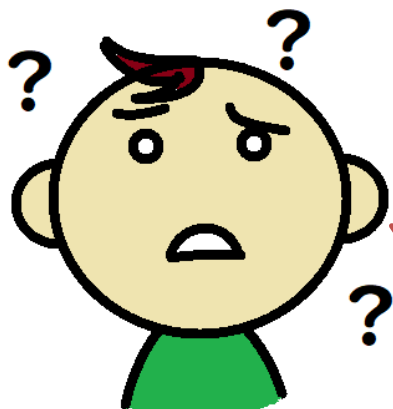


PCR検査で陰性なら、新型コロナウイルスには感染していない、という証明にはならないんですか？

- 1 PCR検査とは、感染が疑われる人から「ウイルスがいそうなところ」の組織を採取して、その中に
あるウイルスの遺伝子を培養（増やして）して、遺伝子の有無を判断する検査です。遺伝子があれば、
ウイルスがいることがわかります。
- 2 しかし、検査するタイミングやその方法など、検査結果は様々な影響を受けるため、感染していても
必ず検査で陽性になる、とはいえないのが現実です。
- 3 新型コロナウイルスのPCR検査陰性という結果は、新型コロナウイルスに「**感染している可能性は非常に低い**」
ということを示しますが、「感染していない」と断言することはできません。



日常生活の上での疑問 Q & A (その8)

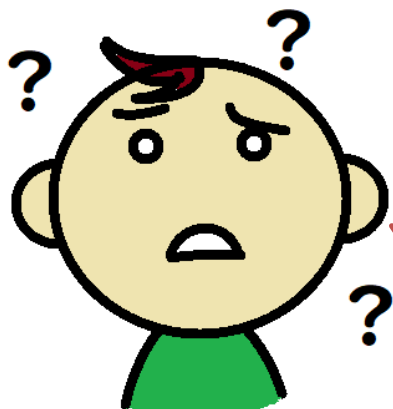


食器用スポンジを職場のみんなで使いまわしています。
感染する可能性がありますか？

- 1 職場にウイルス陽性の人がいれば、**食器用スポンジを通して感染する可能性**があります。
また、**布きんを使いまわしている場合も感染する可能性**があります。
- 2 不特定多数の人とスポンジや布きんは共有せず、自分専用のものを準備することをおすすめします。
- 3 スポンジや布きんの消毒方法として、
 - ① 次亜塩素酸ナトリウム（0.02～0.05％）に1時間漬ける。
 - ② 使用後に水を絞った後、電子レンジで1分間加熱（取り出す際は、やけどに注意）する。
といった方法があります。

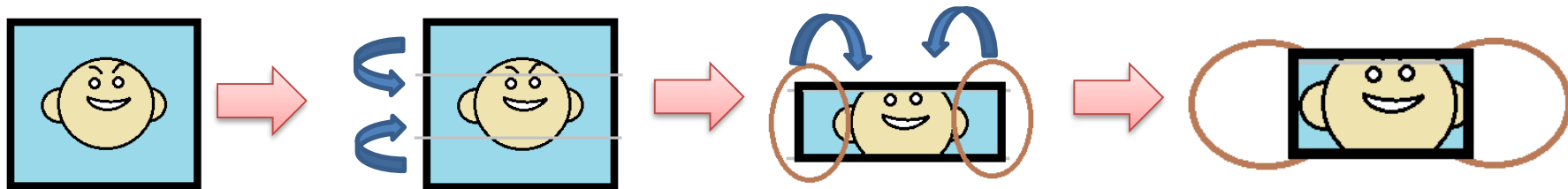


日常生活の上での疑問 Q & A (その9)



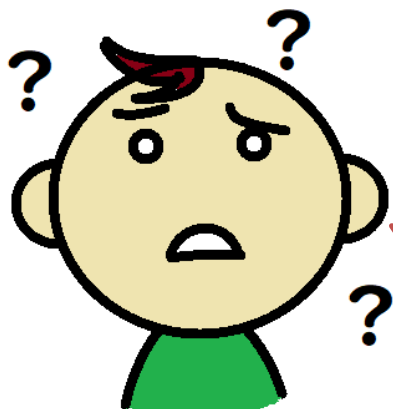
手作りマスクを作りたいです。
簡単な方法はありませんか？

- インターネット上でもたくさん、マスクの作り方が紹介されています。(twitter「**#第12旅団**」を検索！)
手作りマスクを作る上での注意点
 - 毎日**交換、または、洗濯**する必要があります。使い捨てにしてもいい素材、洗える素材を選んでください。
 - 自分に合ったサイズ**を作りましょう。鼻の頭から、顎の下のラインまでを覆える大きさで、自分の顔にフィットするように耳にかけるひも部分の長さを調整してください。
- 手作りマスクの一例（ハンカチ1枚と、耳にかけるゴムを2本準備します。）





日常生活の上での疑問 Q & A (その10)

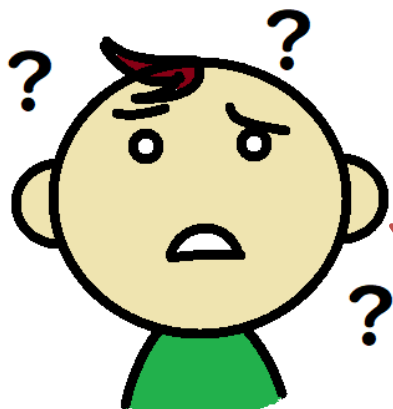


職場では、個人の机のまわりにしきりを作って、半個室状態にして仕事をしています。感染対策として、効果はありますか？

- 1 感染している人が飛ばず、唾液や鼻水が周囲の人に広がることを防ぐのには効果的だと思います。
- 2 注意しなければならないのは、**しきりを作ることにより、部屋の中の風通しが悪くなる**ことです。
換気することにより、部屋の中のウイルスの密度を下げ、乾燥によりウイルスの感染性をなくすことができます。しかし、しきりを作ることにより風通しが悪くなると、ウイルスの密度は下がらず、仕切られた空間の中の湿度が上がり、ウイルスの感染性をなくすことができなくなります。
- 3 しきりを作るのであれば、**部屋全体の風通し**を維持できるように工夫してください。



日常生活の上での疑問 Q & A (その11)

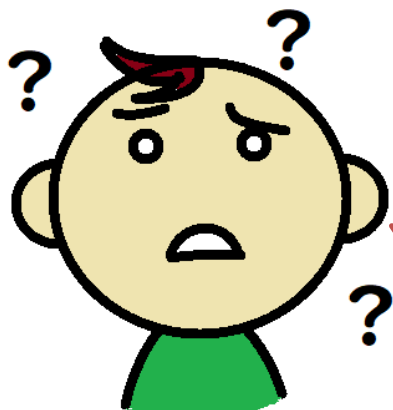


マスクをはずすときに注意することはありますか？
ごはんを食べるときは、どこに置けばいいですか？

- 1 自分が**感染していないのであれば、ウイルスが付いている可能性があるのはマスクの外側**です。そのマスクをまた使う予定があるのであれば、マスクの内側が他のところに当たらないように注意して保管します。
- 2 自分が**感染している、又は、感染しているかもしれないときに、マスクを装着する場合は、マスクの内側にウイルスがついている可能性が高い**です。
マスクの内側が谷になるようにして折りたたみ、ウイルスの内側についているウイルスが、他の場所に広がらないように注意します。
- 3 1の場合でも、2の場合でも、**マスクの内側が谷になるようにして折りたたんで**いれば問題ありません。
- 4 **病院や宿泊施設等で「感染防護衣」としてマスクを装着する場合は、この質問の状況とは異なります。**
そこで定められているルールに従って、マスクを処理してください。



日常生活の上での疑問 Q & A (その12)

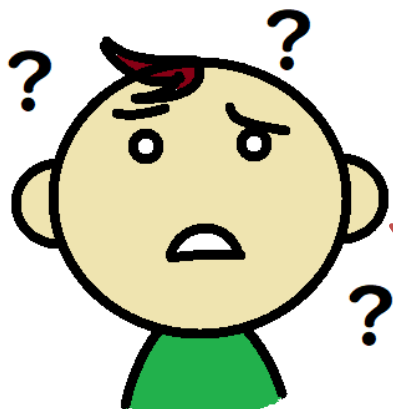


マスクの布の網目よりも、ウイルスの方が小さいと聞きました。マスクをしていても、ウイルスが通れるなら、マスクをする意味はないような気がします。

- 1 種類にもよりますが、ウイルスの大きさは20～200nm程度です。
比べて、マスクの網目の大きさは、10～100 μ m (10000～200000nm) だそうなので、ウイルスの大きさの1000倍の大きさの網目ということになります。
- 2 ウイルスは、自分だけでうごくことはできません。そのため、感染した人が飛ばす唾液や痰、鼻水に乗って飛んできます。感染した人が飛ばす唾液や痰、鼻水は、マスクの網目に十分にひっかかるサイズです。
- 3 つまり、マスクをつけることによって、**ウイルスが乗る唾液や痰、鼻水が通らないようにして、ウイルスの侵入を防いでいる**のです。



宿泊支援等に従事する方 Q & A (その13)



昨日友人とすれ違ったときに挨拶をして、会話はしていません。
その友人が、今朝から新型コロナウイルス陽性の症状が出たそうです。濃厚接触になりますか？

1 濃厚接触者の定義は次のように決められています。

- ① **感染者と同居**あるいは長時間の接触（社内、航空機内等を含む）があった者
- ② 適切な感染防護なしに患者を診察もしくは看護した者
- ③ 患者の気道分泌物、体液等の汚染物質に直接触れた可能性が高い者
- ④ **感染者の発症2日前から手で触れられる距離（約1m）に必要な感染予防策なしで15分以上接触があった者**

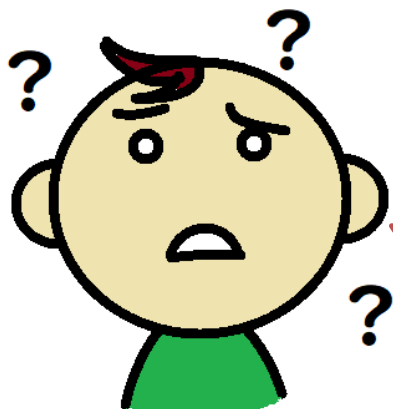
2 定義にならうと、濃厚接触にはなりません。

しかし、定義はあくまで「目安」でしかありません。濃厚接触者の定義に当てはまらなくても、非常に低いですがウイルスをもらっている可能性は否定できませんし、他のタイミングで感染している可能性は十分にありえます。さらに、その友人が感染する元になったところに接触している可能性もあります。

3 周囲で感染者が出た場合は、濃厚接触の定義に当てはまらなくても、予防策を徹底しましょう。



宿泊支援等に従事する方 Q & A (その14)

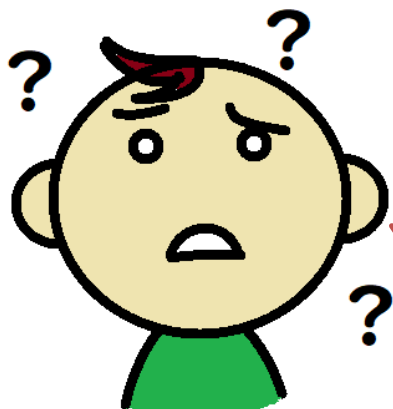


マスクを毎日洗うように言われました。
どうやって洗えばいいですか？

- 1 洗濯用洗剤で普通に洗って大丈夫です。水洗いでは、ウイルスが生き残ってしまう可能性が高いので、**洗剤は使用した方がいい**と思います。
手洗いでも、洗濯機洗いでも問題ありませんし、他のものと一緒に洗っても問題ありません。
- 2 マスクの洗う際の注意事項
 - ① マスクの布素材や、耳にかけるゴム部分が傷まないようにする（洗濯ネットに入れる等）。
 - ② マスクを手洗いした後は、**必ず手を洗う**。
 - ③ **完全に乾燥**させる。
- 3 マスクは、ウイルスが自分に侵入しないよう守ってくれるものです。マスクには、自分に侵入したかもしれなかったウイルスがついています。
毎日、新しいもの（洗濯したもの）に交換してください。



日常生活の上での疑問 Q & A (その15)



感染対策の効果が高くなるように、分厚い布でマスクを
手作りしました。
マスクをつけると息苦しいです。

- 1 布の網目のサイズはそれほど変わらないため、布の厚さは、感染対策効果にそれほど影響しません。
日常生活の中では、**ハンカチ程度の厚さで十分に感染対策としての効果を発揮**してくれます。
- 2 布の厚さで注意してほしいことは、「呼吸をしずらく」してしまうことです。とくに、「自分でマスクを外すことが難しい」人たちは注意が必要です。身体的理由から自分でマスクを外す動作が難しい人や、自分でマスクを外す判断が難しい人がそれに当てはまります。
- 3 布が厚すぎるマスク、濡れたまま乾いていないマスク、マスクの重ね付けは、**マスクによる窒息事故**を起こしかねません。**小さい子供や介護が必要な方にマスクをつける場合**は、周囲の人たちが気を配ってください。

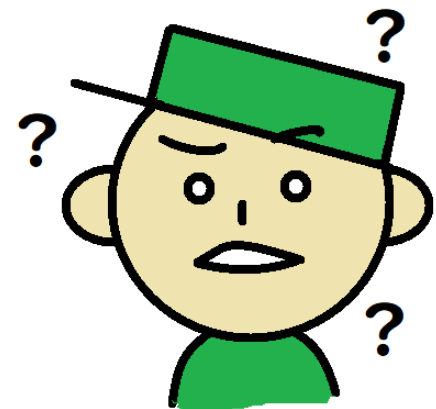


新型コロナウイルス いろいろQ & A

教育資料使用に関する質問等



教育資料使用に関する質問等（その１）



中方医務官室が作成した新型コロナウイルスの
教育資料の一部を使って教育をしたいです。
どこに許可をとればいいですか？

- 1 公開している「【教育資料】新型コロナウイルス感染拡大防止」の資料に関しては、部内・部外教育において使用可能であり、教育の場で配布することも可能です。別途、**使用申請等は必要ありません**。資料内容についての保全上問題がないことを確認していますが、これらの資料に大幅な修正や追加をした場合は、再度確認が必要になります。

新型コロナウイルスに関する情報は日々更新されていますので、最新V e r.を確認した上で、教育等に活用していただければと思います。

- 2 医務官室で作成されたものなので、使用している**イラストはフリー素材として使用可能**です。
写真はフリー素材ではないため、教育目的以外での使用はしないでください。

【参 考】

厚生労働省HP (<https://www.mhlw.go.jp>)
の「新型コロナウイルス感染症の軽症者等の
宿泊療養マニュアル」を確認して下さい。

本資料は、陸上自衛隊の支援業務等の経験をもとに作成されています。

新型コロナウイルスに関する情報は、日々更新されているため、必ず、最新の情報を確認するようにしてください。