

お話の内容

4. 職場の感染防止対策

29

職場における感染防止対策の実践例

職場における感染防止対策の実践例

資料 3

～取組の5つのポイント～を確認しましょう！

- 職場における新型コロナウイルス感染症対策を実施するため、「取組の5つのポイント」の実施状況を確認しましょう。
- 未実施の事項がある場合には、この冊子の「職場における感染防止対策の実践例」を参考に職場の対応を検討の上、実施してください。

実施できていますか？	取組の5つのポイント
<input type="checkbox"/>	テレワーク・時差出勤等を推進しています。
<input type="checkbox"/>	体調がすぐれない人が気兼ねなく休めるルールを定め、実行できる雰囲気を作っています。
<input type="checkbox"/>	職員間の距離確保、定期的な換気、仕切り、マスク徹底など、密にならない工夫を行っています。
<input type="checkbox"/>	休憩所、更衣室などの“場の切り替わり”や、飲食の場など「感染リスクが高まる『5つの場面』」での対策・呼びかけを行っています。
<input type="checkbox"/>	手洗いや手指消毒、咳エチケット、複数人が触る箇所の消毒など、感染防止のための基本的な対策を行っています。

令和3年4月
厚生労働省

30

「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。

「新しい生活様式」の実践例

(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



(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

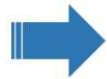
※ 業種ごとの感染拡大予防ガイドラインは、関係団体が別途作成

**対策
その4**

職場でクラスターを発生させないために（1）

- ・締め切った空間(密閉)
- ・一同に集い(密集)
- ・白熱した議論(密接)

3密



対策 Web会議を推奨
対面にせざるを得ない場合は…

- ・換気の徹底
- ・十分な席の間隔
- ・出席者は全員マスク着用



職場におけるコロナ感染症対策のお知らせ

～各職場でぜひ取り組んでいただきたいポイント～



●テレワーク、時差出勤の推進



●気兼ねなく休めるルール、
雰囲気づくり



●密にならない工夫



●“場の切り替わり”での
対策・呼びかけ



●基本的な感染防止対策



流水での手洗い



共用部分の消毒



マスクの着用

※業種別ガイドラインが定められている場合は、そちらもチェックしてください。ガイドラインはこちら➡

内閣官房 ガイドライン



感染リスクが高まる「5つの場面」

場面① 飲酒を伴う懇親会等

- 飲酒の影響で気分が高揚すると同時に注意力が低下する。また、聴覚が鈍麻し、大きな声になりやすい。
- 特に数層などで区切られている狭い空間に、長時間、大人数が滞在すると、感染リスクが高まる。
- また、回し飲みや箸などの共用が感染のリスクを高める。



場面② 大人数や長時間におよぶ飲食

- 長時間におよぶ飲食、接待を伴う飲食、深夜のはしご酒では、短時間の食事に比べて、感染リスクが高まる。
- 大人数、例えば5人以上の飲食では、大声になり飛沫が飛びやすくなるため、感染リスクが高まる。



場面③ マスクなしでの会話

- マスクなしで近距離で会話をすることで、飛沫感染やマイクロ飛沫感染での感染リスクが高まる。
- マスクなしでの感染例としては、昼カラオケなどでの事例が確認されている。
- 車やバスで移動する際の間中でも注意が必要。



場面④ 狭い空間での共同生活

- 狭い空間での共同生活は、長時間にわたり閉鎖空間が共有されるため、感染リスクが高まる。
- 寮の部屋やトイレなどの共用部分での感染が疑われる事例が報告されている。



場面⑤ 居場所の切り替わり

- 仕事での休憩時間に入った時など、居場所が切り替わると、気の緩みや環境の変化により、感染リスクが高まることもある。
- 休憩室、喫煙所、更衣室での感染が疑われる事例が確認されている。



35

職場における新型コロナウイルス感染症防止対策宣言 ～取組の5つのポイント～

- テレワーク・時差出勤・テレビ会議の活用等を推進しています。
- 体調がすぐれない人が気兼ねなく休めるルールを定め、実行できる雰囲気を作っています。
- 職員間の距離確保、定期的な換気、仕切り、マスク徹底など、密にならない工夫を行っています。
- 休憩所、更衣室などの“場の切り替わり”や、飲食の場など「感染リスクが高まる『5つの場面※』」での対策・呼びかけを行っています。
※①飲酒を伴う懇親会等 ②大人数や長時間におよぶ飲食 ③マスクなしでの会話
④狭い空間の共有（社員寮・移動車等） ⑤休憩時間など居場所の切り替わり
- 手洗いや手指消毒、咳エチケット、複数人が触る箇所の消毒など、感染防止のための基本的な対策を行っています。

美の国
あきた
ネット
秋田県公式サイト

36

製造事業場における 新型コロナウイルス感染予防対策ガイドライン

1. 感染予防対策の体制

- 衛生委員会や産業医等の産業保健スタッフの活用
- 新型コロナウイルス感染症に関する正確な情報を常時収集

2. 健康確保

- 出勤前に、体温や新型コロナウイルスへの感染を疑われる症状の有無を確認
- 各種休暇制度の取得を奨励。
- 勤務中に体調が悪くなった従業員は、直ちに帰宅させ、自宅待機
- 自宅で療養の従業員は毎日、健康状態を確認
- 症状に改善が見られない場合は、医師や保健所への相談を指示

3. 通勤

- テレワーク、時差出勤、ローテーション勤務、変形労働時間制、週休3日制
- 通勤頻度を減らし、公共交通機関の混雑緩和
- 自家用車で通勤できる従業員には、道路事情や通勤災害の防止に留意しつつ承認すること

37

新型コロナ感染者発生時の対応ガイドライン

●濃厚接触者は14日間出勤停止

- ✓保健所が濃厚接触者と確定した従業員に対し、14日間出勤を停止し、健康観察
- ✓消毒は、保健所の指示に従って実施することが望ましいが、自ら行う場合には、感染者が勤務した区域のうち、手指が頻回に接触する箇所を中心に、アルコール又は次亜塩素酸ナトリウムで拭き取りを実施

38

新型コロナウイルス感染症による労働災害も 労働者死傷病報告の提出が必要です。

従業員が新型コロナウイルス感染症により休業された事業者の皆様へ

労働者が就業中に新型コロナウイルス感染症に感染・発症し、休業した場合には、労働者死傷病報告の提出が必要となります。

事業場で働く従業員の皆様が新型コロナウイルス感染症により休業した場合には、遅滞なく、事業場を所轄する労働基準監督署に労働者死傷病報告を提出してください。

※ ご提出の際は、電子申請や郵送の積極的な活用をお願いいたします。

事業者は、以下のような場合には、遅滞なく、労働者死傷病報告を労働基準監督署長に提出しなければなりません。

(労働安全衛生法第100条、労働安全衛生規則第97条)

- (1)労働者が労働災害により死亡し、又は休業したとき
- (2)労働者が就業中に負傷、窒息又は急性中毒により死亡し、又は休業したとき
- (3)労働者が事業場内又はその附属建設物内で負傷、窒息又は急性中毒により死亡し、又は休業したとき

※ 労働者死傷病報告を提出せず、若しくは、虚偽の報告をした場合は、いわゆる「労災かくし」として、50万円以下の罰金に処されることがあります。

職場の感染防止対策例



換気方法

推奨される換気の方法

ビル管理法（建築物における衛生的環境の確保に関する法律）における空気環境の調整に関する基準に適合していれば、**必要換気量（一人あたり毎時30m³）**を満たすことになり、「換気が悪い空間」には当てはまらな**いと**考えられます。このため、以下のいずれかの措置を講ずることを商業施設等の管理権原者に推奨いたします。

なお、「換気の悪い密閉空間」はリスク要因の一つに過ぎず、一人あたりの必要換気量を満たすだけで、感染を確実に予防できるということまで文献等で明らかになっているわけではないことに留意していただく必要があります。

① 機械換気(空気調和設備、機械換気設備)による方法

- ビル管理法における特定建築物に該当する商業施設等については、ビル管理法に基づく空気環境の調整に関する基準が満たされていることを確認し、満たされていない場合、換気設備の清掃、整備等の維持管理を適切に行うこと。
- 特定建築物に該当しない商業施設等においても、ビル管理法の考え方に基づく**必要換気量（一人あたり毎時30m³）**が確保できていることを確認すること。必要換気量が足りない場合は、**一部屋あたりの在室人数を減らす**ことで、一人あたりの必要換気量を確保することも可能であること。



空気環境の基準と換気回数

ビル管理法における空気調和設備を設けている場合の空気環境の基準

項目	基準
ア 浮遊粉じんの量	0.15 mg/m ³ 以下
イ 一酸化炭素の含有率	100万分の10以下(=10 ppm以下) ※特例として外気がすでに10ppm以上ある場合には20ppm以下
ウ 二酸化炭素の含有率	100万分の1000以下(=1000 ppm以下)
エ 温度	1. 17℃以上28℃以下 2. 居室における温度を外気の温度より低くする場合は、その差を著しくしないこと。
オ 相対湿度	40%以上70%以下
カ 気流	0.5 m/秒以下
キ ホルムアルデヒドの量	0.1 mg/m ³ 以下(=0.08 ppm以下)

※機械換気設備を設けている場合は、上記の表のAからUまで、カ及びキを遵守する必要がある。

② 窓の開放による方法

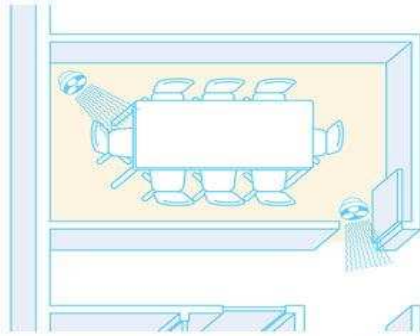
- **換気回数※を毎時2回以上（30分に一回以上、数分間程度、窓を全開する。）**とすること。
※ 換気回数とは、部屋の空気がすべて外気と入れ替わる回数をいう。
- 空気の流れを作るため、**複数の窓がある場合、二方向の壁の窓を開放**すること。窓が一つしかない場合は、ドアを開けること。

会議室の換気方法

窓がない会議室の上手な換気法

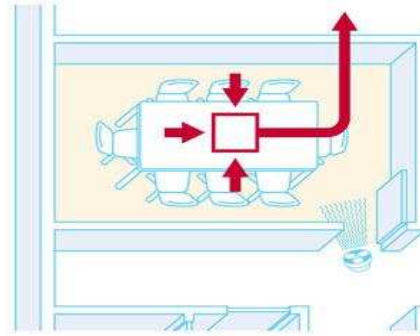
換気口(排気)が 会議室の外にある場合

ドアを開けて扇風機などでその部屋の外に
空気を出すようにする。会議室奥とドア部分
両方に扇風機などがあるとより効率的



換気口(排気)が 会議室の中にある場合

もし、換気口(排気)が部屋・会議室の中
にある場合は、ドアを開けて、扇風機などで
その部屋の中に風を送り込むようにする



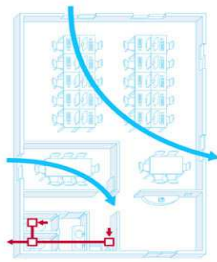
□ 換気口(排気)

43

上手にオフィスの換気をするには？

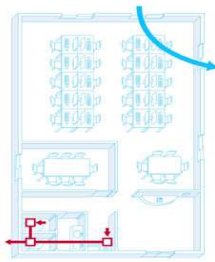
良い例

対角線上にある窓を開ける



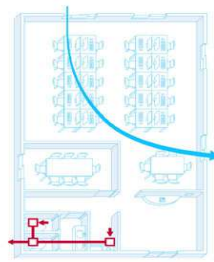
悪い例

近くの窓を開ける



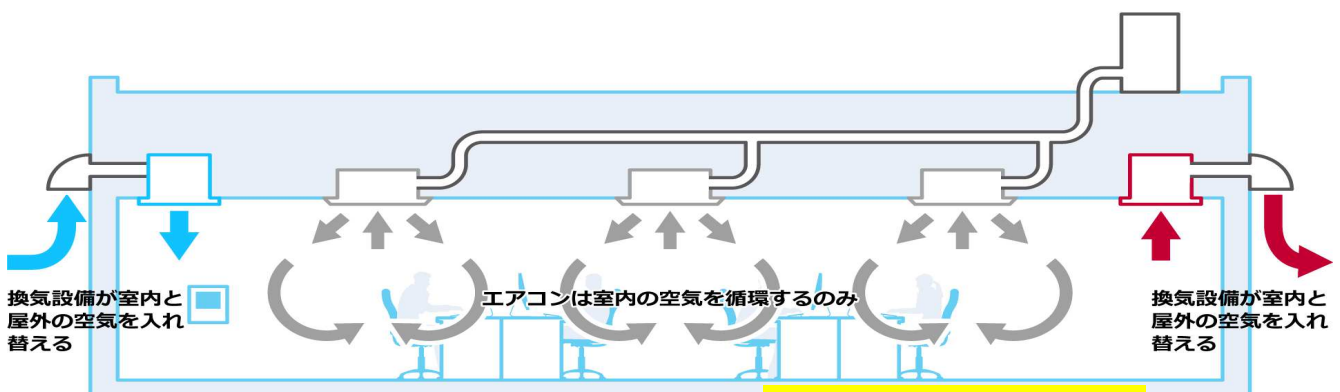
窓を開けても 風が入りにくい場合は？

空気の入口を小さく、
出口を大きくする



□ 換気口(排気)

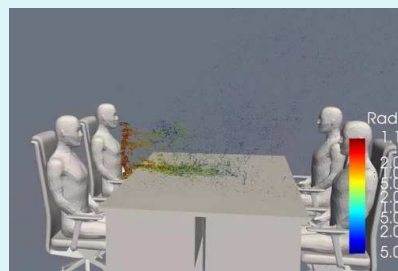
<https://yahoo.jp/3BOnKQ>



<https://yahoo.jp/5mC2uw>

● くしゃみやせき、会話などで生じる飛沫がオフィス内でどう漂うのか、飛散シミュレーションを実施

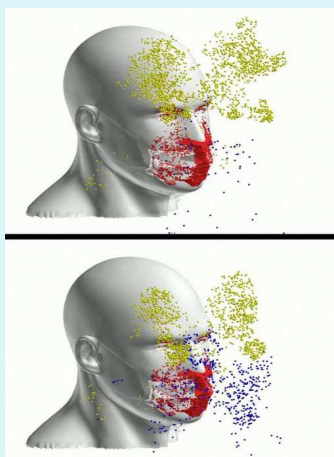
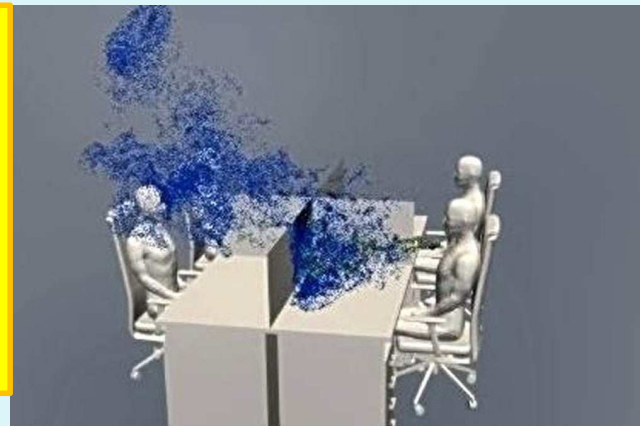
- ✓ 会話やせき、くしゃみをすると両方が口から飛び出し、大きい飛沫は机や地面に落ちやすく、小さい飛沫は空気中を長時間漂いやすい特徴がある
- ✓ 不織布マスクを着用していれば大きい飛沫は9割以上拡散を防げるが、小さい飛沫は約5割が顔とマスクの隙間から漏れ出した
- ✓ 強い口調で約1分発話した場合のシミュレーション。飛沫は横に広がっていない
- ✓ 大きい飛沫の拡散防止に有効な対策はマスク着用に加え、パーティション（間仕切り）の設置と座席の千鳥配置（人が正対しないように互い違いに座る）だ。
- ✓ 大きい飛沫は正面に2メートル程度飛ぶ一方、横には広がらない



提供: 理研、豊橋技術科学大学 協力: 京都工芸繊維大学、大阪大学

パーティション周りの空気が浄化される一方で、周囲に換気の悪い場所ができる。

パーティションを設置した場合、換気のむらをできるだけ少なくすることが、エアロゾル感染のリスク低減に重要。



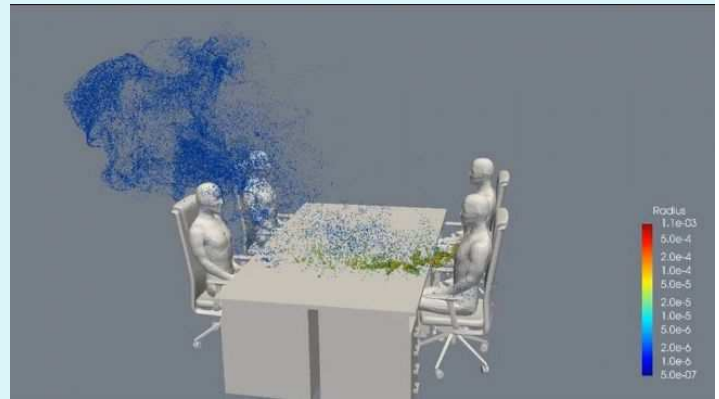
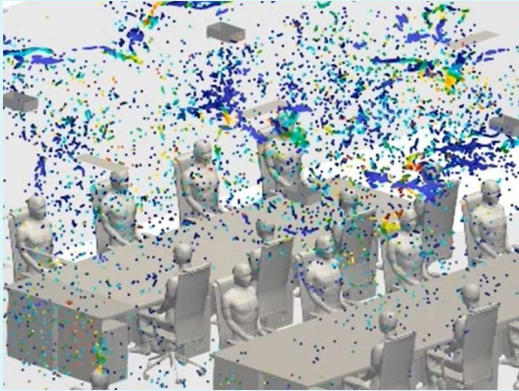
- マスクすり抜け
- マスク・顔に付着
- 隙間から放出

フェイスシールド



職場内感染防止対策

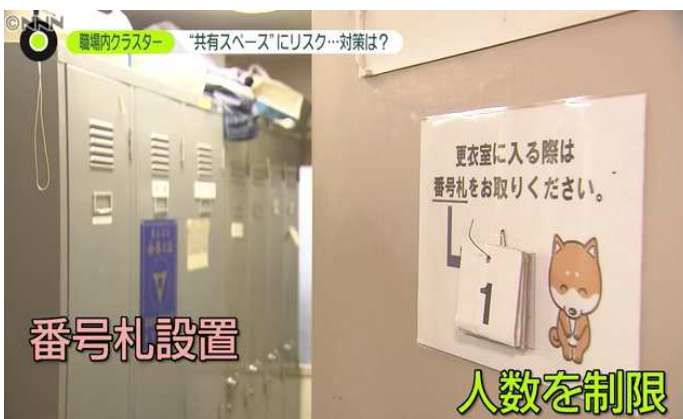
- 会話などで生じる飛沫がオフィス内でどう漂うのか飛沫シミュレーションを実施
- 職場内クラスターを防げ、「富岳」による研究成果で新型コロナ対策を再点検



47

更衣室での感染疑惑

- ロッカーは細長いので、隣のロッカーの扉などに触れやすい



48

事務室の感染防止対策

- 事務室や執務スペースは3密に該当しやすい場所
- 机や椅子の配置を手直しする
- 向かい合った配置をやめて、横に並ぶ、格子状にする
- 職員の間にはアクリル板の仕切りをおく
- 外の新鮮な空気を取り入れるなど、換気にも注意

49

トイレ、給湯室、更衣室、バックヤード、エレベーター、廊下の感染防止対策

- トイレや給湯室などの場所は気持ちが緩んでついおしゃべりがはずんでしまう場所
 - それが感染拡大につながってしまうので、注意するように心掛ける
- 喫煙室の再検討
 - 3密そのもの。廃止を含めてこの機会にもう一度検討すること
 - 受動喫煙の防止は、健康経営優良法人認定基準の必須項目。
 - 受動喫煙防止対策の絶好の機会

50

まとめ

- テレワークの推進が望まれる
- 効果的な換気が必要:パーティション周りの空気が浄化される一方で、周囲に換気の悪い場所ができる
 - パーティションの周囲に換気の悪い場所
- 実効的な手洗い、消毒の徹底
- 正しいマスクの着用
- 社内の**状況を日々把握**することで、感染や発病の**早期発見**が可能
- 一斉配信機能や自動集計の機能を備えた専用システム

51

ご清聴ありがとうございました

52