

企業でできる新型コロナ対策

企業として正しい情報収集

たくさんの方が情報を出回っています。信頼できる情報を把握して、対策を立てることが求められています。

厚生労働省の情報以外では、下記の情報が企業向けとして信頼できる情報です。適時情報が更新されますので確認するとよいでしょう。

新型コロナウイルス情報—企業と個人に求められる対策—

作成：日本渡航医学会・産業保健委員会・日本産業衛生学会海外勤務健康管理研究会

<https://www.sanei.or.jp/?mode=view&cid=416>

企業でできる予防活動の具体的な方法：

手洗いの徹底

手洗いを推奨されていますが、効果的に手洗いができているかたがととても少ないのが実情です。効果的な手洗いには30秒ほどかかります。一度正しい手洗いの仕方をネットの動画や、実際にみんなで実践をし、確認するのも効果的です。

薬用石鹸が売っていないがどうしたらいいのかとよく質問されます。手洗いはウイルスを洗い流すことが目的です。正しい手洗いをするだけで十分効果があるので、石鹸は普通のもので十分な効果が期待できます。

効果的な手洗いの仕方：<https://family.saraya.com/tearai/index.html>

手洗いのタイミングは、入社時、食事前・未調理の食材に触れた後（特に生肉・鶏肉・魚）・トイレに行った後・オムツを替えた後や、トイレ後のこどものおしりを拭いた後・病人の世話の前後・創傷の手当の前後・鼻をかんだ後、咳やくしゃみをした後・動物や動物ごみ（糞や抜け毛など）を取り扱った後・ごみを取り扱った後がよいでしょう。CDCの「災害避難所における感染制御ガイダンス」 避難所における感染対策マニュアル 2011年3月24日版より

アルコール消毒

アルコールが手に入らないと質問されますが、アルコール手指消毒のまえに、手洗いが第一選択です。あくまで手洗いができないときにすると考えるとよいでしょう。

また手が汚れていると消毒効果が落ちます。

アルコール消毒は、もったいないと少量の使用をしがちですが、500円玉（2ml）ぐらいが必要です。1ml程度ではすぐに乾燥するので消毒効果が不十分になることがあります。

アルコールが乾く前に、十分な量と爪や指の付け根などに擦り込むことが効果的です。

換気

一般的なコロナウイルスは、空気中で1～2メートルも飛べば死滅します。空気中に出たウイルスは窓を開け放って外へ追い出すことはとても効果がある方法です。

朝、12時、3時と10分程度窓を開けて空気の入替えをするとよいでしょう。

空気が入れ替わるように、空気が入る入口、空気が出ていく出口を意識して空気の流れを作ります。3か所以上の窓を開けるようにすることをお勧めします。サーキュレーター（小型扇風機）で空気の流れをつくるのもよいでしょう。

ドアノブや物の消毒

物の消毒には、アルコール 消毒液（70 %）もしくは 次亜塩素酸 ナトリウム（ハイターのような漂白剤）を用います。不特定多数の人が触れるドアノブ、階段の手すり、エレベーターの操作盤などを定期的に消毒することは接触感染予防としての効果が期待できます。これらの消毒を行った場合、1分以内に表面のコロナウイルス感染力を大幅に低下さるといわれています。（<https://www.medicalnewstoday.com/amp/articles/coronaviruses-how-long-can-they-survive-on-surfaces?fbclid=IwAR26UO-S3ubTiQnVv0bcahWYrEms-PLalk8rpduJUXkFEF0HFUYgmg2WBa1>）表面でどれくらい生き残ることができますか？

机やパソコン周りは、一日1回、多数の人が触るドアノブなどは、1日に2回から3回、換気をする時間に消毒をするとよいでしょう。

次亜塩素酸ナトリウムは、金属類を腐食させるので、使用后 10分したら水拭きをします。また、原液は時間とともに分解されてしまいます。使用期限を確認しましょう。

参考

消毒液(次亜塩素酸ナトリウムの希釈液)の作り方

使用濃度	原液濃度*	方法	使用目的
0.1%	5%	500mLのペットボトル1本の水に 原液 10mL(ペットボトルのキャップ2杯)	おう吐物、ふん便の処理時
0.02%	5%	2リットルのペットボトル1本の水に 原液 10mL(ペットボトルのキャップ2杯)	調理器具、トイレのドアノブ、 便座、床、衣類などの消毒

* 塩素系漂白剤は商品により塩素濃度が異なるので確認して下さい。

注意すること!

- ・消毒するときは、十分に換気してください。
- ・希釈したものは時間がたつにつれ効果が減っていきます。その都度使い切るようにしましょう。
- ・誤飲しないよう、作り置きはやめましょう。
- ・手指の消毒には使用しないで下さい。
- ・保管する際は、危険なので子供などの手の届かないところに保管しましょう。

次亜塩素酸ナトリウムを使用するときは：

社員の健康状態のモニタリング

社員の健康状態のモニタリングが推奨されています。毎日出勤前に、検温をし、一覧表にして会社として管理をしているところもあります。

37.5度以上の発熱、風邪症状などのチェックを行うとよいでしょう。詳しくは、新型コロナウイルス情報—企業と個人に求められる対策—（p 3）が参考になります。

また併せて睡眠時間、朝食の有無の記入をすることをお勧めします。朝食の欠食や睡眠不足は免疫力を弱めます。朝食をとること、7時間以上の睡眠を推奨します。記録表の記入をすることで、睡眠や朝食の摂取を意識することにつながることを期待されます。

その他

10人以上の集合する会食や会議をしないようにする

食堂の利用を前半と後半でわけ、更衣室が混雑する場合は、時差出勤や制服着用で通勤または私服での執務可、不要な会議は中止やオンラインでの実施など

同じ仕事をしている人の席を分ける

コロナウィルスは、飛沫感染でおおむね半径2メートル程度の範囲内で感染します。

感染をしても仕事に仕事への支障が少なくなるように、事前に席をわけておくということも一つの方法です。また在宅勤務が可能な場合は、在宅勤務を利用することもよいでしょう。

文責：健康企業推進サポート、シャイニングライフ 水越真代

<https://www.shininglife.jp/>