

## 職場での COVID-19 感染予防対策

2020 年 3 月 19 日版

原文 (英語):

**Getting your workplace ready for COVID-19**

**How COVID-19 spreads**

**19 March 2020**

<https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/advice-for-workplace-clean-19-03-2020.pdf>

---

### COVID-19 はどのように拡大するのか

COVID-19 を保菌している人が息を吐いたり咳をすると、ウイルスを含んだ液体の飛沫が放出されます。ほとんどの飛沫は近くの物体の表面（机、テーブル、電話など）に落下します。汚染された物体の表面に触れてから目・鼻・口を触ることで、COVID-19 に感染します。COVID-19 に感染した人の 1m 以内に立っていると、感染者の咳や呼気に含まれた飛沫を吸い込むことで COVID-19 に感染します。つまり、COVID-19 はインフルエンザとよく似た方法で拡大するのです。COVID-19 に感染した人のほとんどは、軽い症状が出るだけで回復します。しかし、重症化し入院治療が必要な人もいます。重症化のリスクは年齢とともに上昇します。40 歳以上の方は、40 歳未満の人より重症化しやすいです。免疫が低下している人や、糖尿病・心疾患・呼吸器疾患のある人も重症になりやすいです。

本文書は以下の事項に助言を与えます。

1. 職場で COVID-19 感染拡大を防ぐ簡単な方法
2. 会議やイベントを開催する際の COVID-19 リスクの管理方法
3. 雇用主および従業員が出張する際に考慮すべき事項
4. COVID-19 が自身の地域に入ってきた際に備えた職場の対策

### 1. 職場で COVID-19 感染拡大を防ぐ簡単な方法

低コストでできる以下の対策により、風邪、インフルエンザや胃腸炎などの職場での感染拡大を防ぎ、顧客、取引業者、従業員を守ることができます。

COVID-19 が事業を行っている地域にまだ到達していなくても、雇用主は以下の内容をただちに開始してください。もし職場に COVID-19 が到達した場合でも、以下の対策によって、

感染症によって損失をうける労働日数を減らしたり、COVID-19 の感染拡大を遅らせることができます。

- 職場を清潔で衛生的にしてください。
  - 机やテーブルなどの表面や電話やキーボードなどの備品を定期的に消毒剤で拭いてください。
  - それは、従業員や顧客が触れる表面の汚染が COVID-19 の主な感染拡大の原因の一つであるためです。
- 従業員、取引業者、顧客に定期的かつ徹底的な手洗いを促してください。
  - 擦式手指消毒剤を職場の目立つところに置いてください。消毒剤が定期的に補充されていることを確認してください。
  - 手洗いを推奨するポスターを掲示してください。ポスターについては、地域の公衆衛生当局に問い合わせるか、[WHO のウェブサイト](#)をご覧ください。
  - 労働安全衛生担当者から提供されるガイダンス、会議での説明、イントラネットでの情報提供と組み合わせて、手洗いを促進してください。
  - 従業員、取引業者、顧客が石けんと水で手を洗える場所があることを確認してください。
  - それは、手洗いによって手に付着したウイルスを殺菌し COVID-19 の感染拡大を防ぐことができるからです。
- 職場での呼吸器衛生（咳エチケット）の遵守を促進してください。
  - 呼吸器衛生（咳エチケット）を推進するポスターを掲示してください。ポスター掲示に加え、労働安全衛生担当者から提供されるガイダンス、会議での説明やイントラネットでの情報提供等のコミュニケーション手段を用いてください。
  - 鼻水や咳が出ている人のために、フェイスマスク<sup>1</sup>やペーパータオルが利用できること、またこれらを衛生的に廃棄できるように蓋のついたごみ箱が職場で使用できることを確認してください。
  - それは、呼吸器衛生（咳エチケット）を遵守することにより COVID-19 の感染拡大を防ぐことができるからです。
- 従業員と取引業者に、出張を行う前に国の渡航勧告を参照するよう助言してください。
- 従業員、取引業者、顧客に、COVID-19 が地域内で蔓延し始めた際は、軽度の咳や微熱（37.3°C以上）でも自宅にとどまるよう説明してください。パラセタモール/アセトアミノフェン、イブプロフェンやアスピリンなどの薬を内服し、症状が目立たなくなった場合も、自宅で休まなければ（もしくは自宅で仕事をしなければ）なりません。
  - COVID-19 の軽度な症状があるだけでも、自宅に留まる必要があるというメッセージを伝え続けてください。
  - 上記のメッセージを記したポスターを職場に掲示してください。職場や業界で頻繁に利用するコミュニケーションチャネルでも併せて通知してください。
  - 労働衛生サービス、地域の公衆衛生当局やその他の連携機関が、このメッセージを促進するためのキャンペーン資料を作成している可能性があります。
  - 休んだ期間を病気休暇に計上できることを従業員に名言してください。

---

<sup>1</sup> N95 等のマスクではなく通常のサージカルマスクを使用する

## 2. 会議やイベントを開催する際の COVID-19 リスクの管理方法

### 雇用主と主催者が COVID-19 について考える必要があるのはなぜか？

会議やイベントの主催者は、COVID-19 の潜在的なリスクについて考える必要があります。

- 会議またはイベントに参加している人が、知らないうちに COVID-19 ウイルスを会議に持ち込むリスクがあります。他の人は無意識のうちに COVID-19 に暴露されている可能性があります。
- COVID-19 はほとんどの人にとって軽症ですが、中には重症化する人もいます。COVID-19 患者の約 5 人に 1 人は病院での治療が必要になります。

### 会議またはイベントの前に COVID-19 リスクを防止または削減するための重要な検討事項

- 会議またはイベントを開催する予定のコミュニティの当局からのアドバイスを確認してください。彼らのアドバイスに従ってください。
- 会議やイベントでの感染を防ぐための準備計画を作成し合意を得てください。
  - 対面の会議やイベントが必要かどうか、電話会議やオンラインイベントに置き換えることができないかを検討してください。
  - 会議やイベントを縮小して、参加する人を減らすことができないか検討してください。
  - 公衆衛生や医療当局などの主要なパートナーと事前に情報およびコミュニケーションチャネルを確認してください。
  - 参加者全員に、ティッシュや手指消毒剤などの十分な備品や材料を事前に注文します。呼吸器症状を発症した人に提供できるサージカルマスクを用意します。
  - COVID-19 が循環している場所を積極的に監視します。症状がある場合や気分が悪い場合は参加しないように、参加者に事前に助言してください。
  - イベントのすべての主催者、参加者、仕出し人、訪問者が連絡先の詳細（携帯電話番号、電子メール、滞在している住所）を提供するようにしてください。参加者が感染の疑いがあった場合、参加者の詳細な情報は地元の公衆衛生当局と共有されることを明確に述べてください。これに同意しない場合、イベントや会議に参加できません。
- 会議参加者の誰かが COVID-19 の症状（痰のからまない空咳、発熱、倦怠感）を示した場合の対応計画を作成し、合意を得てください。この計画には少なくとも以下の事項を含める必要があります。
  - 気分が悪い、または症状を認める人を安全に隔離できる部屋または場所を特定してください。
  - 医療施設まで安全に移送する方法についての計画を立ててください。
  - 会議の参加者、スタッフ、またはサービスの提供者が会議中または会議直後に COVID-19 の検査で陽性を示した場合の対処法がわかるようにしてください。
  - 連携機関の医療提供者または医療部門と事前に計画に合意を得てください。

### 会議またはイベント中

- COVID-19、およびこのイベントを参加者にとって安全にするために主催者が講じている措置について、できれば口頭および書面の両方で、情報や説明を提供します。
  - 信頼を築いてください。例えば、アイスブレイクとして、触れずに挨拶する方法を実践してください。
  - 会議やイベントの参加者全員が定期的に手洗いをしたり、アルコールで消毒することを勧めてください。
  - 咳やくしゃみをした場合は、内肘やティッシュで顔を覆うよう参加者に勧めます。ティッシュとティッシュを捨てるための蓋のついたごみ箱を供給してください。
  - 参加者がアドバイスを求めたり、情報を提供したりできる連絡先の詳細や健康ホットラインの番号を提供してください。
- 手指消毒用のアルコールディスペンサーを会場の周囲に目立つように置いてください。
- スペースがある場合は、参加者が少なくとも 1メートル離れるように座席を配置してください。
- 可能な場合は常に窓とドアを開けて、会場の換気をよくしてください。
- 気分が悪くなった人がいれば、準備計画に従うか、ホットラインに電話してください。
  - 地域の状況、または参加者の最近の渡航歴に応じて、隔離を行います。家に安全に帰れるように、もしくは、必要に応じて指定された評価施設まで行けるように、マスクを提供してください。
- すべての参加者に対して、彼らが指示に協力してくれることに感謝してください。

### 会議後

1. すべての参加者の名前と連絡先の詳細を少なくとも 1 か月間保持してください。これは、1人以上の参加者がイベントの直後に体調不良になった場合、公衆衛生当局が COVID-19 に曝露した可能性のある人々を追跡するのに役立ちます。
2. 会議またはイベントにて、誰かが COVID-19 の疑い症例として隔離された場合、主催者はすべての参加者にこれを知らせなければなりません。14 日間は自分の症状を監視し、1日2回体温を測定するようにアドバイスする必要があります。
3. 軽度の咳や微熱（体温 37.3 C 以上）が発生した場合でも、自宅に留まり、自己隔離しなければなりません。これは、家族を含む他の人との密接な接触（1メートル以下）を避けることを意味します。彼らは医療従事者または地域の保健所に電話し、最近の旅行歴と症状の詳細も連絡するべきです。
4. すべての参加者に、所定の規定への協力に感謝してください。

### 3. 雇用主および従業員が出張する際に検討すべき事項

- 出張前
  - 組織と従業員が COVID-19 の感染が拡大している場所に関する最新の情報を入手し

ていることを確認してください。最新の情報はこちらから入手できます。

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/situation-reports/>

- 最新の情報にもとづき、今後の旅行計画に関する利益とリスクを評価する必要があります。
- 重症化するリスクの高い従業員(例: 高齢の従業員および糖尿病、心疾患や呼吸器疾患のある従業員)を COVID-19 の感染が拡大する地域に派遣することは避けてください。
- COVID-19 が報告された地域に旅行するすべての人は、資格を持った専門家(医療サービスの職員、医療従事者、地域の公衆衛生機関)の説明を受けるようにしてください。
- 旅行する予定の従業員にアルコールの手指消毒剤の小さなボトル (1L 以下) の携行を勧めることを考慮してください。消毒剤を持ち歩くことにより、定期的な手洗いが容易になります。
- 出張中
  - 従業員に、定期的に手を洗うことと、咳やくしゃみをしている人から 1m 以上距離をおくことを勧めてください。
  - 従業員が旅行中に体調を崩した場合の対処方法と連絡先を知っているか確認してください。
  - 従業員が旅行先の地元自治体からの指示に従うように確認してください。例えば、地元自治体からどこかに出かけないように指示された場合は、従わなければなりません。従業員は、渡航、移動、大規模な集会に関する現地の規制を遵守する必要があります。
- 出張から戻った後:
  - COVID-19 が感染拡大している地域から戻った従業員は、14 日間症状を経過観察し、1 日 2 回体温を測定する必要があります。
  - 軽い咳や微熱 (体温 37.3°C 以上) が出た場合、家で自己隔離をする必要があります。これは、家族を含む他の人との濃厚接触 (1m 以内) を避けることを意味します。かかりつけの医療従事者や地域の保健所に電話し、最近の旅行や症状について詳しく連絡する必要もあります。

#### 4. COVID-19 が自身の地域に入ってきた際に備えた職場の対策

- 職場で COVID-19 の疑いで誰かが体調不良になった場合の対処法を計画してください。
  - 計画は、病気の人を職場の他の人から隔離された部屋または場所に置き、病気の人と接触し、地域の保健当局に連絡する人の数を制限することをカバーする必要があります。
  - 職場に偏見や差別を招くことなく、危険にさらされている可能性のある人物を特定し、支援する方法を検討します。これには、最近地域を旅行したケースの報告者や、深刻な病気 (糖尿病、心肺疾患、高齢など) のリスクが高い状態にある他の職員が含まれます。
  - 計画を策定中であることを地域の公衆衛生当局に伝え、意見を求めます。
- 組織全体で定期的な在宅勤務を促進します。地域社会で COVID-19 が発生した場合、保健当局は人々に公共交通機関や混雑した場所を避けるようにアドバイスする場合があります。

ます。在宅勤務は、従業員の安全を確保しながら、ビジネスの運営を支援します。

- 事業を行っている地域での発生に備えて、緊急時対策および事業継続計画を作成してください。
  - この計画は、職場やコミュニティで COVID-19 が発生する可能性に備えて組織を準備するのに役立ちます。他の緊急事態にも有効である可能性があります。
  - この計画は、現地の旅行制限または病気のために、かなりの数の従業員、請負業者、およびサプライヤーが職場に来られない場合でも、ビジネスを運営し続ける方法に対処する必要があります。
  - 計画について従業員や請負業者に伝え、計画の下で何をしなければならないか、または何をしないかを従業員や請負業者が認識していることを確認します。軽度の症状しかない場合や、症状を覆い隠す可能性のある単純な薬（パラセタモール、イブプロフェンなど）を服用しなければならなかった場合でも、仕事から離れることの重要性などの重要なポイントを強調してください。
  - 計画が、職場または地域社会における COVID-19 のケースの精神的健康と社会的影響に対処し、情報とサポートを提供していることを確認してください。
  - スタッフへの医療福祉サービスがない中小企業の場合、緊急事態に先立って、地域の医療および社会サービス提供者との連携計画を策定します。
  - 地域または国の公衆衛生当局は、計画の策定においてサポートとガイダンスを提供できる場合があります。

#### 最後に：

COVID-19 に備えるのは今しかありません。簡単な予防措置と計画によって大きな違いが出ます。今、行動をおこすことで、従業員と事業を守ることができるのです。

最新の情報を入手するには：

COVID-19 の流行地域についての最新情報は以下をご参照ください。

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/situation-reports/>

COVID-19 に関するアドバイスとガイダンスはこちらをご覧ください

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

<https://www.epi-win.com/>