
新型インフルエンザ パンデミック発生

社内マニュアル

C o n t e n t s

■ 1. 新型インフルエンザの脅威とサバイバルの考え方	- 3P
■ 2. 新型インフルエンザ3層防衛の考え方	- 4P
■ 3. 各フェーズと発生状況とグループ従業員の行動について	- 5P
■ 4. 社員の行動指針	- 6P
(1) 社員や家族が罹患（りかん）していない時の感染予防措置	- 6P
1、手洗い	- 6P
2、うがい	- 6P
3、歯磨き	- 6P
4、洗顔及び洗髪	- 6P
5、公的な情報の収集	- 7P
6、パンデミック対策本部の設置及び従業員の行動・出社制限について	- 8P 9P
7、社内情報の収集	- 10P
8、ワクチン接種	- 11P
9、抗インフルエンザ薬の確保	- 11P
10、常備薬や食料等の備蓄	- 11P
11、外出時の注意	- 12P
(2) 感染が疑わしい時	- 13P
1、想定される感染源	- 13P
2、セルフ判断チェックシートを使用した自己診断	- 14P
3、社員本人が発症した時	- 15P
4、家族が発症した時	- 16P 17P 18P 19P 20P
5、ウイルスの除去法	- 20P
6、吐しゃ物や人由来の液体が存在している場合の清掃	- 21P
■ デイリー社グループ 一覧	- 22P

1. はじめに

新型インフルエンザの脅威とサバイバルの考え方

人類は、紀元前 2500 年から 4300 年かけて 1 億人から 10 億人に地球人口を増加させました。しかしその数は、産業革命以降のわずか 200 年余りで 67 億人まで増加し、一日 20 万人の人口増加が起っています。そうした中、ひとたび強毒性で感染力の強い新型インフルエンザが発生すると、地球規模でのパンデミックが発生します。1918 年に発生した H1N1 新型インフルエンザは、スペイン風邪としてパンデミックを起こした後、現在も季節性のインフルエンザとして毎年約 50 万人の方が亡くなっています。しかし、H5N1 という強毒性ウイルスが新型インフルエンザとして発生した場合、数年間のパンデミック後、通常のインフルエンザになるまでには、前述のスペイン風邪の死亡率 2% とは比較にならないほどの甚大な健康被害が起こる可能性が想定されています。

当社では、新型インフルエンザ発生は社員およびその家族の生命にかかわる最大のリスク要因であり、また当社の事業継続と企業存続にかかわる最大の危機であると定義いたしました。さらに新型インフルエンザ対策の中では短期的なパンデミック対策にとどまらず、中長期的な対策が必要であると考えています。

新型インフルエンザ感染症の治療は、ウイルスの進入を阻止するワクチンや感染初期に体内での増殖を抑える抗インフルエンザ薬の投与がありますが、現在のところ、感染後には決定的な特效薬がないこと、重症化すれば十分な医療を受けることができないまま死亡する可能性があること、感染率、および、死亡率はいずれも若年者及び高齢者が高いことを前提に、家族を含めた 40 歳未満及び 65 歳以上の方の感染もしくはその重症化を防ぐこと、そして職場内、家族内の二次感染を防止することを最優先にすることが最大の新型インフルエンザ対策となります。

第 1 段階は現在進行中のパンデミック時の対策で、社員やその家族の安全を確保するために、後述する物体防衛、空間防衛、体内防衛による感染対策を実施するとともに、企業活動が継続できる体制を維持するために、感染率および死亡率が高いと予想される 40 歳未満及び 65 歳以上の社員をリストアップし、それぞれの年代別感染率を考慮し、それに合わせた入社基準を設けて事業継続計画の作成を行っています。第 2 段階はポストパンデミック対策となります。新たな問題に対し、タイムリーな行動計画やスムーズな対策実行が行えるように、既に作成されているフェーズ 4B 以降のパンデミック対策の継続と、状況に合わせたマニュアルの変更を行います。

この社内マニュアルは職場内、通勤途中、自宅および家庭内での新型インフルエンザ感染において「うつらない、うつさない」の行動教育、「今、何をしなければならないか。どれだけ理解と準備ができているのか」等の行動と「フェーズごとのとるべき行動」のマニュアルを中心に作成しております。

特にこのマニュアルでお願いしたいことは、小さな子供さんの命を最も大切にするにはどのような行動をしなければならないのか。自分自身の命と家族の命を守るためにはどのような行動をしなければならないのか。さらにヒトや会社のために働かなければならない立場の方が、どのような行動を行わなければならないのかを具体的に記載いたしました。新型インフルエンザは必ず近い将来やってくると専門家は口をそろえて訴えています。我々はがんや成人病にかからないため、毎年、健康診断や日々の食事に気をつけ、健康食品を摂ったりしています。新型インフルエンザによるパンデミックが発生すると、すべての人が数年で感染もしくは免疫を獲得するまで、がんや成人病とは比べ物にならないくらい、高い確率でわれわれの命を奪うことが示されています。将来の皆様とご家族の命を守るためにも必ずご理解とご準備をお願いいたします。

※過去のパンデミック、特に 1918 年パンデミックでは、年齢層の 15-45 歳で膨大な死者が発生した。

また、H5N1 鳥インフルエンザ感染症例も 40 歳以下の層で死亡率が高くなっている。

2. 新型インフルエンザ 3 層防衛の考え方

新型インフルエンザウイルスは、フェーズ3の段階ではウイルスそのものは存在しないため、過去発生した新型インフルエンザウイルスと、現時点で発生している鳥インフルエンザウイルスの感染様式から、対処法を導いてこななければなりません。主な感染経路は、接触感染と飛沫感染によるとされています。感染動物や感染した患者さんの咳や痰、くしゃみ、排泄物、体液、血液に含まれたウイルスが飛沫状に空間内を浮遊もしくは物体に付着し、そのウイルスを吸い込むか手や体に付着し、口腔粘膜、眼球結膜から体内へ侵入します。

これらのウイルスの体内侵入を防ぎ、少しでも侵入するウイルス量を減らし、感染の重症化や発症を抑えるためには、ひとり一人が行うべきこと、企業や集団が行なうべきこと、そして国や自治体、保健所が行い、我々がそれに基づき行動すべきことがあります。

【3 層防衛の実施】

第1層 物体防衛

物体防衛は、ウイルスが体や物体に付着することを想定し、感染機会を低減するための出社制限や人との距離をとる「2mルール」の徹底、咳・くしゃみの際の周囲に対するエチケット、排泄物処理等「うつらない」「うつさない」行動の徹底とともに、感染源の物理的な遮断（マスクや防護衣によるウイルス進入経路の遮断）および、接触感染経路における物体除菌の徹底を図ります。

第2層 空間防衛

空間防衛はウイルスが咳やくしゃみで空間中に浮遊すると想定し、呼吸することにより吸い込むウイルス量を減らす目的で、換気が十分できない住居空間や家庭内、通勤途中、職場内での空間除菌を二酸化塩素製品等（二酸化塩素系がない場合は、消毒用エタノールで噴霧散布）で行います。

第3層 体内防衛

体内防衛は、体内へ侵入したインフルエンザウイルスの感染と増殖を抑えることを目的とします。プレパンデミックワクチンや、パンデミックワクチンはインフルエンザウイルスの表面タンパクであるヘマグルテニン（HA）活性を阻害することで細胞内感染を抑え、抗インフルエンザ薬であるタミフルやリレンザはウイルスのノイラミニダーゼ（NA）活性を阻害することでウイルスの体内でのばら撒きを抑え、体内増殖を阻止します。プレパンデミックワクチンや、パンデミックワクチン接種と、早期対応戦略ガイドラインにおける抗インフルエンザ薬の予防投与は行政から指示を仰ぐこととなります。

新型インフルエンザ対策に対する有効性

毒性の強いH5N1型鳥インフルエンザが人型に変異した場合人間は過去に感染していないため、世界的大流行（パンデミック）が懸念されているが、この新型インフルエンザに対する空間消毒薬として、二酸化塩素ガスが注目されている。

※濃度長期保持型二酸化塩素ガス溶存液を主体に、除菌スプレー、携帯用除菌スプレー、据え置きタイプなど、様々な用途に合わせた商品が販売されている。※二酸化塩素系がない場合は、消毒用エタノールでも有効。

3. 各フェーズと発生状況及びグループ従業員の行動について

危機レベル		発生状況
フェーズ	発生段階	基準
フェーズ 1~3 (観察期)	発生前 <div style="border: 1px solid black; width: 40px; height: 40px; text-align: center; margin: 0 auto;">3</div>	ヒトへの感染事例も見られるが、ヒト→ヒト感染は明らかでない。 WHO、国のフェーズ 1~3 ◆デイリー社グループの従業員は通常通りの業務を行う。
フェーズ 4 (警戒期)	海外発生 国内非発生 (注意期) <div style="border: 1px solid black; width: 40px; height: 40px; text-align: center; margin: 0 auto;">4 A</div>	海外でヒト→ヒト感染が認められ、新型インフルエンザが発生したことが確認される。 WHO フェーズ 4~6 国のフェーズ 4A・5A(パンデミックアラート期) ◆デイリー社グループの従業員は通常の業務を行う。
	国内発生 (警戒期) <div style="border: 1px solid black; width: 40px; height: 40px; text-align: center; margin: 0 auto;">4 B</div>	国内で新型インフルエンザの発生が確認されるが、感染領域は非常に限られている。 WHO フェーズ 4~6 国のフェーズ 4B(パンデミックアラート期) ◆発生地域の中心から 100Km以内の事業所は速やかに従業員の行動・出社制限のルールに基づき行動する。他の事業所は、サージカルマスクを付ける。
フェーズ 5 (厳戒期)	国内発生 (厳戒期) <div style="border: 1px solid black; width: 40px; height: 40px; text-align: center; margin: 0 auto;">5</div>	国内主要都市で複数のクラスター(感染集団)が見られ、更に拡大が予想される。 WHO フェーズ 4~6 国のフェーズ 5B(パンデミックアラート期) ◆発生地域の中心から 100Km以内の事業所は速やかに従業員の行動・出社制限のルールに基づき行動する。他の事業所は、サージカルマスクを付ける。
フェーズ 6 (大流行期)	パンデミック <div style="border: 1px solid black; width: 40px; height: 40px; text-align: center; margin: 0 auto;">6</div>	新型インフルエンザが広範かつ急速にヒトからヒトと感染して広がり、大流行している状態。 WHO フェーズ 6 国のフェーズ 6B(パンデミック期) ◆すべての事業所は速やかに従業員の行動・出社制限のルールに基づき行動する。
— (回復期)	流行終息 <div style="border: 1px solid black; width: 40px; height: 40px; text-align: center; margin: 0 auto;">回復期</div>	パンデミックが発生する前の状態へ急速に回復している。 ◆すべての事業所は速やかに従業員の行動・出社制限のルールに基づき、順次出勤の制限を解除する。

4. 社員の行動指針

(1)社員や家族が罹患^(りかん)していない時の感染予防措置

1、手洗い（手洗いをするとき:出勤時、建物間の移動時、帰宅時）

（手 順）

- ① 手を十分に濡らし、石鹸をつけます（固体石鹸は表面に雑菌が付きやすいのでなるべく液体石鹸を選ぶこと）。
- ② 手のひらをあわせ、よくこすります（力強く 5 秒間）。
- ③ 手の甲を伸ばすようにこすります（右も左もゴシゴシと 5 秒間）。
- ④ 指先、つめの間もしっかりこすります（渦を描くように 5 秒間）。
- ⑤ 指の間も十分に洗います（よくこすりあわせて 5 秒間）。
- ⑥ 親指を手のひらでねじり洗いします（親指も忘れずに 5 秒間）。
- ⑦ 手首も忘れずに洗います（5 秒間）。
- ⑧ 流水でよく洗い流して、清潔なタオルやペーパータオルで拭き、乾燥させます。

2、うがい（うがいをするとき：出勤時、建物間の移動時、帰宅時）

（手 順）

- ① 口の中をきれいにするために、水または食塩水を口に含み、強くクチュクチュしながら口の中を 2～3 回洗い流します。
- ② 今度は上を向いて、のどの奥のほうで 10 回くらいガラガラとうがいをします（10～15 秒間）。
- ③ さらに仕上げのうがいをし、口の中を洗い流します（10～15 秒間）。

3、歯磨き（歯磨きをするとき：随時）

マウスウォッシュの併用も効果的です。

4、洗顔及び洗髪（洗顔及び洗髪をするとき：帰宅時）

（手 順） 洗顔

- ① お湯を出し、湯気によりまわりの湿度を上げます。
- ② ウエットティッシュ等で顔表面を拭いてから、周囲に飛沫を飛ばさぬように気をつけて洗顔します。
- ③ 清潔なタオルやペーパータオルで拭きます。

（手 順） 洗髪

- ① お湯を出し、湯気によりまわりの湿度を上げます。
- ② 周囲に飛沫を飛ばさぬように気をつけて洗髪します。
- ③ 清潔なタオルやペーパータオルで拭きます。

5、公的な情報の収集（的確な行動をとるためには、的確な手段で精度の高い情報収集をする。）

パンデミックが発生した場合、情報収集手段の制限や不適格な情報により、誤った判断を下してしまうおそれが予想されます。そのような事態を防ぐためにも、精度の高い情報収集手段を予めフェーズ3の段階で確立しておき、さらに、新型インフルエンザが国内外を問わず発生した時点から、情報の収集を実行する必要があります。具体的な手段としては、現在のところ、インターネットを利用することで、もっとも的確な情報を入手することが可能となります。

その他にも、新型インフルエンザ専門家会議が作成した「個人および一般家庭・コミュニティ・市町村における感染対策に関するガイドライン」では、公的な情報源として、

厚生労働省のウェブサイト

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou04/index.html>

国立感染症研究所の感染症情報センター

鳥インフルエンザ http://idsc.nih.go.jp/disease/avian_influenza/index.html

パンデミック <http://idsc.nih.go.jp/disease/influenza/05pandemic.html>

検疫所

<http://www.forth.go.jp/>

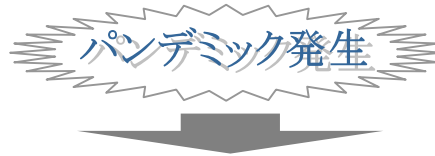
外務省「海外安全ホームページ」

<http://www.pubanzen.mofa.go.jp/>

各都道府県・保健所・市町村によるポスター掲示、ウェブサイト、相談窓口等が挙げられています。また、感染拡大のおそれがあるとき、国や地方自治体では、感染拡大の状況や対策行動についての広報活動を行うことが予定されています。これらの情報は、マスメディア(テレビ、ラジオ、新聞、雑誌等)やインターネットを通じて配信される予定です。さらに、フェーズ4A以降では、各都道府県、保健所等に問合せ窓口が設置される予定です。

なお、パンデミックの際には、インフラストラクチャーの維持が不可能になり、電話回線が使用できない場合や停電が発生することも想定されます。

6、パンデミック対策本部の設置及び従業員の行動・出社制限のルールについて



パンデミック発生とは、公的に危険レベルが「フェーズ6」と公表されることを言います。

また、「フェーズ4B」及び「フェーズ5」の国内発生（感染領域が限定）の場合は、発生地域の中心から100Km（発生地域から直線で算出）圏内の事業所のみ下記の出社制限を適用するものとする。また、100Km以外のすべての従業員は、サージカルマスクを付けなければならない。

パンデミック対策本部の設置

対策本部：北村社長、森下専務、河井常務、池之上取締役、角田社長、岸田社長、能味取締役、デイリー社産業医 岡藤先生、他必要とする者

決定権者：北村社長（※但し、決定者が感染した場合、代理決定権者は上記の序列順とする）

対策本部の取組：公的な情報を基に、行動方針や出勤の制限等を決定する。

<従業員の行動>

（自宅にいる場合）

パンデミック対策本部からの指示が出るまで、自宅で待機をすること。

また、通信手段が不通の場合は、通信が復活するまで自宅で待機をすること。

各事業所の内勤最高責任者又は40歳以上で65歳未満の責任者（予め、緊急時の出勤する責任者（以下「緊急出勤責任者」とする）として、車ででの出社ができる者で40歳未満または65歳以上の同居人がいない者を優先的に選定しておく）は、出社し事務所で電話対応等や対策本部の指示の基、従業員の出勤をコントロールすること。その他、入り口に「パンデミック発生につき、入場禁止」等の張り紙などを掲示し、入場の遮断を行う。

各事業所は、お客様の予約状況等を緊急出勤責任者は、デイリー社総務部 池之上取締役へ報告し、対策本部から事業所を開場または休業する旨の指示を得ること。（※開場及び休業の判断は、開場時の採算やパンデミック発生における危険度による）

また、出社する者は、マスク（ウイルス透過を遮断するもの（N95マスク））を付け、人との接触を避けるようにする。

※主要都市（北海道、東京、愛知、大阪、福岡）に事業所がある場合は、従業員の出勤を20%の出勤率に規制する。（20%の出勤者（以下「緊急時出勤者」）のリストを作成すること）

出勤者の優先順位として、

- ① 40歳以上65歳未満の従業員で40歳未満または65歳以上の同居人がいない従業員、且つ車通勤（徒歩、自転車、バイク通勤可能者も含む）ができる者
- ② ①以外の残りの40歳以上65歳未満の従業員で車通勤（徒歩、自転車、バイク通勤可能者も含む）ができる者
- ③ 40歳未満の従業員で、40歳未満または65歳以上の同居人がいない従業員で車通勤（徒歩、自転車、バイク通勤可能者も含む）ができる者
- ④ ①②③以外の残りの従業員で車通勤（徒歩、自転車、バイク通勤可能者も含む）ができる者

（勤務中の場合）

就業時間中に、パンデミックが発生した場合は、外部からの入場を規制・遮断し、緊急出勤責任者（主要都市は、緊急時出勤者）以外の従業員は速やかに仕事を片付け、対策本部の指示の基、順次帰宅すること。帰宅時は、N95マスクを付け、外部との接触を極力避けるようにすること。

また、パンデミック対策本部以外から、パンデミック発生情報を収集した場合は、速やかに所属上長経由でデイリー社総務部 池之上取締役へ報告すること。

< 出社制限 >

パンデミック発生後 2 週間経過するとウイルスは漸減していくとされています。

◇基本的には出勤制限の対象従業員は 2 週間の自宅待機とするが、パンデミック対策本部の決定による。

◇2 週間後、下記の基準で出社を順次行うものとする。※その時の状況（公的な情報等を基）を見ながら、対策本部が変更することもある。

◆ 休業後、出社する際も、マスク（ウイルス透過を遮断するもの（N95マスク））を付け、人との接触を極力避けるようにする。

- ① 休業後 2 週間後に出社】40 歳以上 65 歳未満の従業員で 40 歳未満または 65 歳以上の同居人がいない従業員、且つ車通勤（徒歩、自転車、バイク通勤可能者も含む）ができる者
- ② 【休業後 20 日後に出社】①以外の残りの 40 歳以上 65 歳未満の従業員で車通勤（徒歩、自転車、バイク通勤可能者も含む）ができる者
- ③ 【休業後 25 日後に出社】40 歳未満の従業員で、40 歳未満または 65 歳以上の同居人がいない従業員で車通勤（徒歩、自転車、バイク通勤可能者も含む）ができる者
- ④ 【休業後 30 日後に出社】①②③以外の残りの従業員で車通勤（徒歩、自転車、バイク通勤可能者も含む）ができる者
- ⑤ その他の従業員は、パンデミック対策本部の指示の基、順次出社を行うものとする。

< ホテルにおけるパンデミック時の対応及び従業員の行動については下記の通り定める >

宿泊客の種別として、学校等の団体客及びエージェントからのお申し込み客並びに個人客とする。各種別ごとに下記の通り、パンデミック発生時の対応・行動をとること。

- ① 学校等の団体客については、団体様の要望にそって極力対応すること。
- ② エージェントと通してお申し込みをされたお客お客様については、エージェントの要望にそって極力対応すること。
- ③ 個人のおお客様については、監督官庁からの指示の基、お客様の誘導・対応を行うこと。

(パンデミック発生中のホテルの体制)

パンデミック発生中、お客様を当ホテル内での待機を要請された場合、最低限のサービスで対応する。その際の体制として、「緊急出勤責任者」及び「緊急時出勤者」5 名（上記にある出勤者の優先順位を基に選定）が 24 時間体制で対応する。それ以外の従業員は、本マニュアルの定められている「出勤規制」のとおり行動すること。

また、パンデミック発生中は、すべての従業員及びお客様はサージカルマスクの装着をする。尚、お客様や従業員の中で、新型インフルエンザ感染の疑いや体調の悪いお客様等が現れた場合、速やかに個室に隔離し、保健所に連絡をすること。

< 注意事項 >

- ※1、各事業所の総務担当者は、40 歳以上（40 歳未満の同居人がいない者とする。）等のリストを速やかに作成すること。
- ※2、緊急出勤責任者および緊急時出勤者が出勤規制の際に出勤した場合は、緊急出勤責任者の指示の基、就業規則上の休日を確保すること。
- ※3、パンデミック発生地域への出張及びパンデミック発生地域からの出張は禁止する。また、フェーズ 6 時の出張は完全に禁止する。
- ※4、自宅待機になった場合は、就業規則 18 条の休職（休職期間の賃金は支給しない。）扱いとする。
- ※5、緊急出勤責任者および緊急時出勤者の中で、介護等で出勤が難しい場合は、デイリー社総務部 池之上取締役へ連絡し、後任の選定を行う。

◎公的機関の情報を基に、上記の基準を変更する場合がありますので、対策本部の指示に従ってください。

7、社内情報の収集

公的な情報の収集に加え、グループ内における対応についても情報を収集する必要があります。そのためには、グループ内連絡網を以下の通り整備いたします。

また、事業所内の連絡網を整備し、情報の伝達経路を確認しておきましょう。

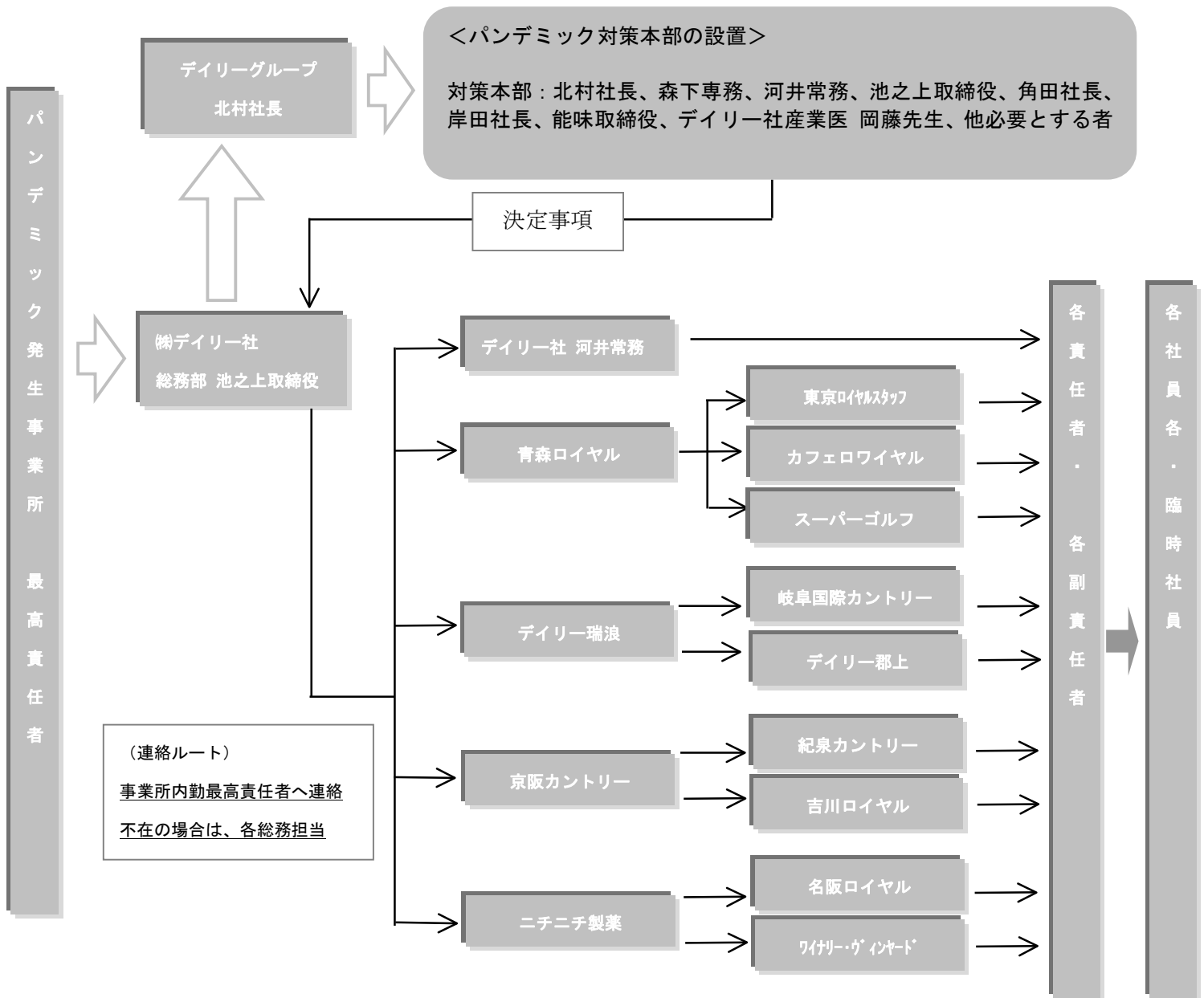
パンデミックに関するデイリー社グループの情報をデイリー社総務部 池之上取締役へ集約します。

また、デイリー社グループ内におけるパンデミックに関する情報の収集場所とします。

特に、次の事項を速やかにデイリー社総務部 池之上取締役に報告・相談してください。

- ①パンデミック発生情報を収集した。
- ②近隣地域や事業所内でなんらかの集団感染が発生。
- ③パンデミック発生時の行動に迷いが生じた場合。
- ④その他パンデミックに関すること。

パンデミック発生時におけるグループ連絡網



※各社責任者等の連絡先電話番号は、後日各社責任者のみに配信します。

8、ワクチン接種

通常インフルエンザワクチンは受けておくべきである。
さらに、新型ワクチン接種情報を入手し、可能な限り受けるべきである。

新型インフルエンザの予防法は、ワクチン接種と抗ウイルス薬の内服になります。ワクチンは通常の季節性のインフルエンザワクチンと現在 H5N1 鳥インフルエンザウイルスから作成されたプレパンデミックワクチン、そして新型インフルエンザウイルスそのものから作られるパンデミックワクチンと 3 つに分類されます。ワクチンはウイルスのスパイクタンパクで抗原性を示すヘマグルテニン (HA) の種類と亜型により効果が変わりますので、プレパンデミックワクチンの効果は完全ではありません。

効果が期待できるワクチン製造は新型ウイルス発生後、6 ヶ月から 1 年以上かかるとも考えられています。季節性のインフルエンザ予防として行うワクチン接種では予防できないのです。しかしながら、通常のインフルエンザワクチンでも抗体価をあげるにより、免疫力が高まるという見解があること、および、H5N1 ウイルスによるパンデミック時に季節性のインフルエンザの発病を予防するためにも、予防接種は受けるべきです。

9、抗インフルエンザ薬の確保

タミフルは予防効果がある。
鳥インフルエンザ患者では感染後 24 時間以内で効果あり。
タミフルは感染後 48 時間以内に内服しないと効果が期待できない。

抗ウイルス薬タミフルは、国家レベルでの備蓄が行われていますが、その使用に関しては、行政の早期対応戦略ガイドラインに従った抗インフルエンザ薬予防投薬対象者が公表され、感染の封じ込めのための処方計画が策定されています。一方、個人レベルでは医師の診察によりインフルエンザと診断されると処方を受けることができます。また感染のリスクの高い海外赴任者への処方が検討されているため、産業医と相談の上、入手方法を確認しなければなりません。

ただ、パンデミック宣言下では、物流体制が崩壊し、医療機能も崩壊するおそれから、各個人が保健所の指示に従い、行動することになります。あらかじめ、かかりつけ医を確保することで、タミフルの処方を受けるための手続きを確認することができます。

10、常備薬や食料等の備蓄

最低 2 週間分の食料や飲料水を備蓄

<社内備蓄>

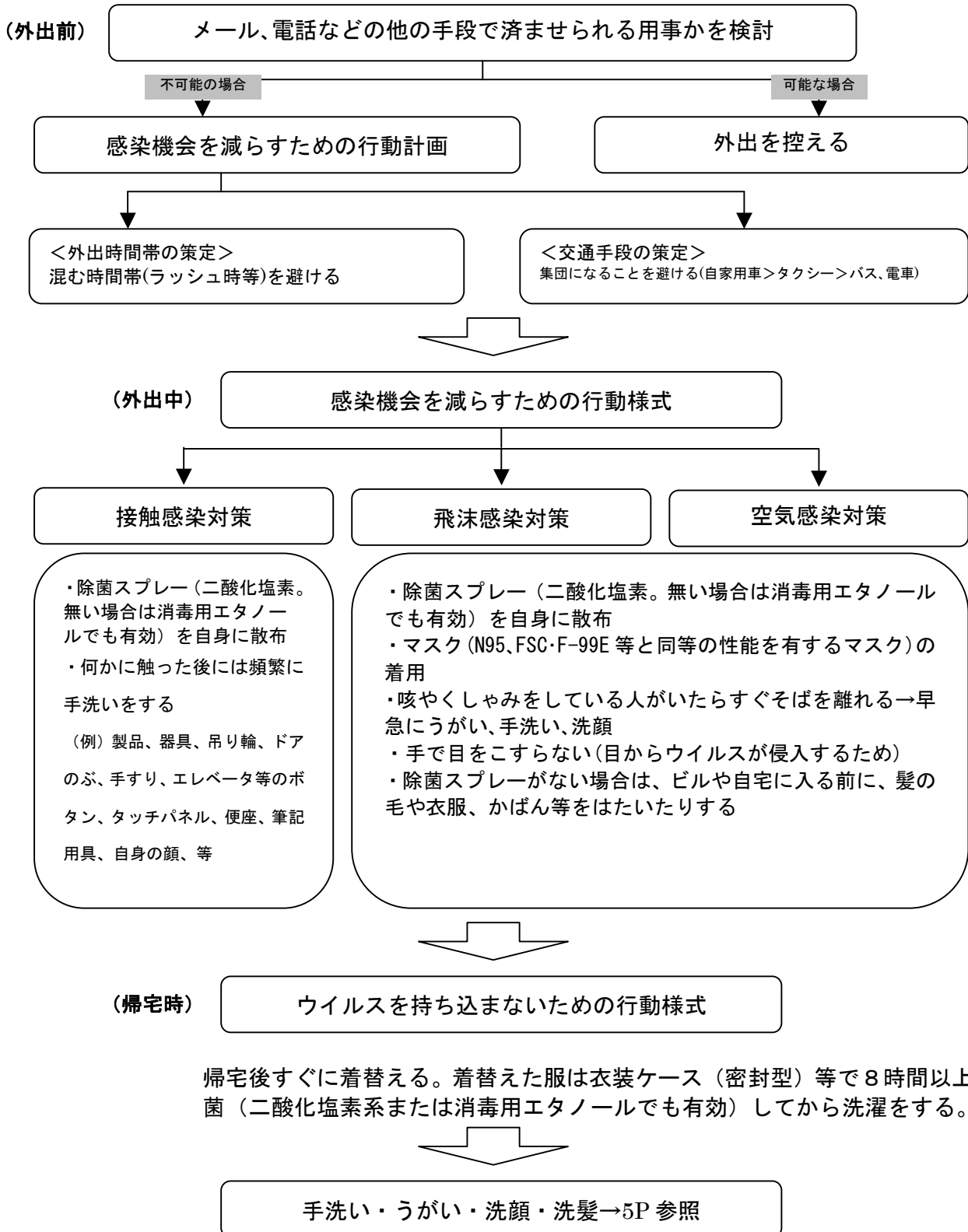
- ・ 除菌・消毒剤（二酸化塩素系、消毒用エタノール、イソプロパノールいずれか）
- ・ 防護用具（防護衣、ゴーグル、ゴム・ビニール手袋 数名分）
- ・ マスク（N95）在籍人数分
- ・ 常備薬（正露丸、解熱剤）

<自宅備蓄>

- ・ 2 週間分の食料、飲料水（ペットボトル等）
- ・ 除菌・消毒剤（二酸化塩素系、消毒用エタノール、イソプロパノールいずれか）
- ・ 防護用具（防護衣、ゴーグル、ゴム・ビニール手袋を数名分）
- ・ マスク（N95、サージカルマスク）家族分
- ・ 常備薬（正露丸、解熱剤）

11、外出時の注意

外出しないで用事を済ませられるかを検討し、外出しなければならない場合は感染機会を減らすための行動様式を実践しましょう。外出、出社する時は下記の行動を致しましょう。



(2)感染が疑わしい時

1、想定される感染源

<新型インフルエンザの感染源>

- ・咳、痰、唾液→飛沫感染
 - ・咳、痰、唾液、室内の浮遊ウイルス→空気感染
 - ・唾液、便（便座）→接触感染
- 触れたもの、発熱者のいる空間にはウイルスがいる。

新型インフルエンザは、咳や痰などによる飛沫感染もしくは空気感染、体液、排泄物による接触感染により感染すると言われています。※専門家委員会では空気感染は否定的

咳をする際は、必ずマスクをして飛沫量を下げないと飛沫感染を助長します。マスクは、ウイルス透過を遮断するもの（N95マスク）と遮断しきれないものがありますが、実際、発症している患者の場合、激しい咳と呼吸苦を伴うことが予想され、ウイルス遮断型で室内飛散を抑制できても呼吸がしづらいため、マスク着用を続けることが困難となることが予想されます。よって通常の非遮断型マスク（サージカルマスク）でも、使用することで気道内の加湿と咳による飛沫の飛散を低減することができるので、呼吸が苦しくない程度のマスクを使用すべきです。また、咳をしているときは、2m以上離れるようにしてください。また、アイシールド付マスク、ゴーグルは有効で、スキー用のゴーグルやサングラス、メガネでも眼球に入り込む飛沫を低減できます。※N95マスクはフィットテストで横漏れがあると効果はありません。

なお、新型インフルエンザの今までの臨床報告では、患者の約70%に下痢が随伴症状としてあらわれるため、咳、痰に加えて便が主な感染源として、環境消毒が迫られています。また、接触した指先には、ウイルスが付着しているものと想定して対処してください。

マスクは必須、接触した手指にはウイルスが付着している。

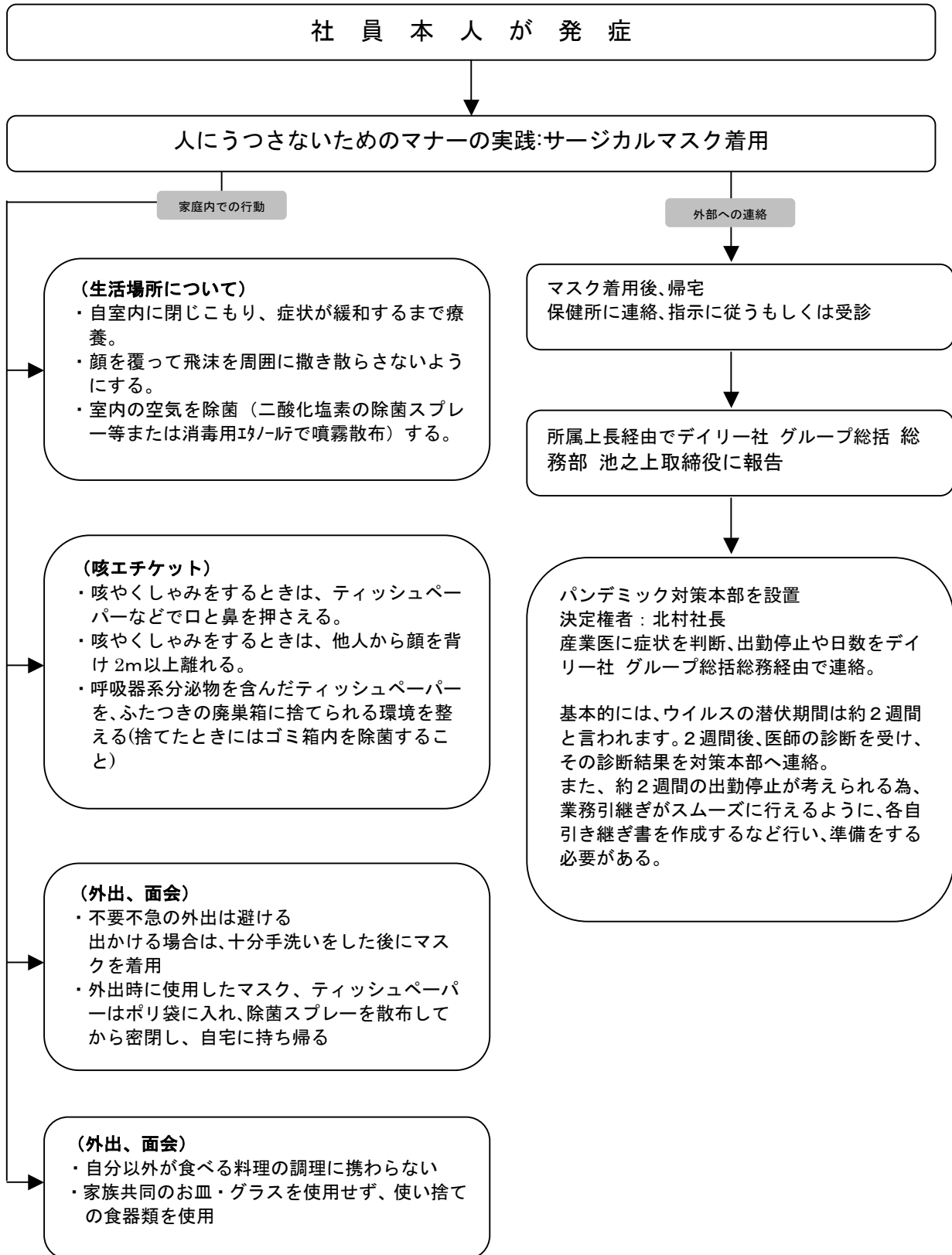
感染していない方、介護する方も、患者の在室している部屋へ入る際には、ウイルス遮断マスク（N95マスク）とゴーグルで飛沫感染を防御し、帽子、ガウン、ヘッドキャップ等で、髪や衣服からの接触感染を防止しなければなりません。しかしながら、着替えるたびに新しいガウンやマスクを付け替えることは事実上不可能であり、優先順位を理解する必要があります。使用後は、除菌スプレー等の散布をすることにより、付着したウイルスへの対策をすることができます。

2、セルフ判断チェックシートを使用した自己診断

感染が疑わしい場合は、以下のようなチェックシートを用いてセルフ判断を行ってください。
原則、保健所の指示に従ってください。

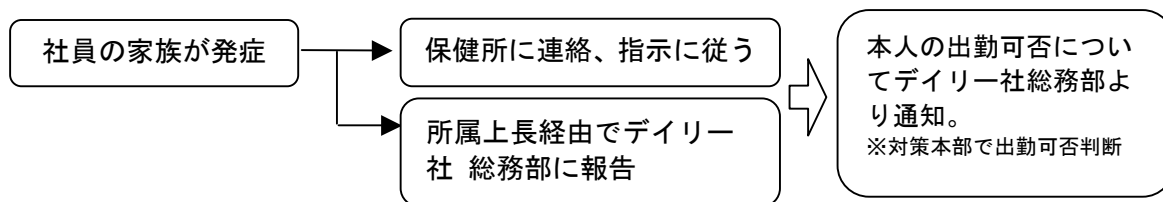
セルフ判断チェックシート		
感染？	<input type="checkbox"/>	10日以上前に新型インフルエンザの発生した場所に行ったことがある
	<input type="checkbox"/>	家族や職場内に4日以上前から風邪症状(咳、くしゃみ、のどの痛み、発熱、下痢等)を呈(てい)している者がいる
→医師の指示 抗インフルエンザウイルス薬の予防投与の決定		
発症？	<input type="checkbox"/>	自身に風邪症状(咳、くしゃみ、のどの痛み)がある
	<input type="checkbox"/>	咳が出る
	<input type="checkbox"/>	強い倦怠感
	<input type="checkbox"/>	筋肉痛もしくは関節痛がある
	<input type="checkbox"/>	腹痛や下痢をしている
	<input type="checkbox"/>	吐き気がする
	<input type="checkbox"/>	食欲が低下した
	<input type="checkbox"/>	38度以上の発熱がある
	<input type="checkbox"/>	頭痛がする
	<input type="checkbox"/>	尿の色が褐色になる(ビタミン剤を飲んでいないとき)
	<input type="checkbox"/>	皮膚がかさかさになる
→医師の指示 抗インフルエンザウイルス薬の投与の決定		
重症化？	<input type="checkbox"/>	起き上がることができない
	<input type="checkbox"/>	呼吸困難になったり、激しい咳が出たりする
	<input type="checkbox"/>	歯茎から血が出る
	<input type="checkbox"/>	鼻血が出る
	<input type="checkbox"/>	けいれんがする
	<input type="checkbox"/>	麻痺が出る
	<input type="checkbox"/>	意識障害がある
	<input type="checkbox"/>	脈拍が乱れて不規則になる(不整脈)
	<input type="checkbox"/>	むくみがある
<input type="checkbox"/>	血尿が出る	
→医師の指示 入院治療の決定		
保菌？	<input type="checkbox"/>	治癒してから2週間以内である ※治療したにもかかわらず、再発している疑いがある場合
→治療を受けた病院等に連絡・相談		

3、社員本人が発症した時



4、家族が発症した時

①外部の要連絡



②家庭内で看護を行う際の注意

- ・原則として居室に隔離。サージカルマスク等を利用して顔の表面を覆い飛沫を周囲に飛び散らさない工夫を。
- ・介護者もマスク(N95マスクの上にサージカルマスクを重ねて着用)。状況によっては個人防護用具を使用。
- ・着替えた服やリネンは衣装ケース(密封型)等で8時間以上除菌してから洗濯。
- ・家族共同のお皿・グラスを使用せず、使い捨ての食器類を使用

③症状と治療上の考え方

治療上の考え方

発熱→体温を下げる。38℃以下に維持することが望ましい。

脱水症→水分を補給する。

体力消耗→消化吸収のよい食事を摂取しビタミン等を補給する。

新型インフルエンザの主な症状として、発熱、咳、下痢が挙げられます。新型インフルエンザに感染し、医療機関で入院治療を受けた場合も、治療上の考え方は、「発熱に対しては体温を下げる(38℃以下に維持)」、「発熱、下痢に伴う脱水症に対しては、水分補給を行う」、「体力消耗に対しては、消化吸収のよい食事摂取とビタミン等の補給」になります。

③-1 体温の管理

適切な体温管理をすべきである。→6時間おきの体温測定。

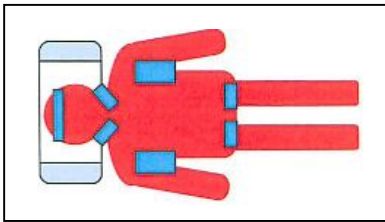
「薬以外で体温を下げる方法」

体温測定は、感染の有無と重症度、および治療効果の指標となるため、1日数回の測定(6時間おき)と記録が必要となります。発熱初期は寒気が起こりますが、その時点で早めに解熱剤を内服することにより、過剰な体温上昇を阻止することができます。特に高熱は、体力消耗を進め、さらに心拍数を増加させ、呼吸を苦しくします。

薬以外で体温を下げる方法① 小さな氷(氷片)を頻繁に口にする。

発熱により、体力の消耗以外に、体の水分が蒸発することによる脱水が引き起こされます。氷片を頻繁に口にすることは、体温低下と水分補給に有効です。

薬以外で体温を下げる方法② 水枕の使用（市販の熱さまし製品等が利用可能）



頭、肢下、首、ソケイ部を冷やす。
寒気が無く体温が上がっている場合は、衣服を脱ぎ、体を冷やすことをお勧めします。
効果的に体温を下げる方法としては、頭、腋下、首、ソケイ部の動脈周辺を水枕で下げることが有効です。

薬以外で体温を下げる方法③ お風呂の入り方

入浴はシャワーにて行うことが感染を広げないために必要です。また、シャワーから出るお湯の温度を徐々にぬるくしていくことで体温を下げる事が可能です。

シャワーによる入浴ができない場合、低温のお風呂に入浴し、体温を下げることも可能です。ぬるま湯に設定し、更に水を追加しながら、徐々にお湯の温度を寒気がしない程度まで下げていきます。入浴時間は、気分が悪くならない程度を目安とします。

入浴後は、寒気が出ない範囲内で布団をかけ、入眠します。体温の管理は、寒ければ布団をかぶり、寒くなければ扇風機を使ってでも下げ、楽になるように心がけましょう。以前は、布団をかぶり汗をかくという行為が薦められていましたが、寒気が無ければ逆に体温上昇を誘発するため、からだを温める行為には注意が必要です。汗は頻回にふき取り、我慢せず体力温存を心がけます。

③-2 下痢止め薬の使用

下痢には下痢止めを飲むこと。薬は正露丸等が有効です。
軟便でも正露丸等の下痢止め薬を一日3回、服用する。

新型インフルエンザでは、70%の下痢発生が報告されています。下痢は脱水と体力消耗につながるため、下痢止め薬にて治療してください。ウイルス性の下痢の際に、塩酸ロペラミド製剤（ロペラミド）やロートエキス等の副交感神経遮断剤を服用すると、腸管運動を止め、ウイルスを腸管内にとどめるおそれが指摘されていますが、正露丸の主要薬効成分の木クレオソートは、腸管運動を止めずに腸内の水分分泌を抑えることから、特に脱水を引き起こす下痢、軟便に有効です。

正露丸は、ウイルス感染性腸炎でしばしばおこる分泌型の下痢に著効しますので、便が軟らかくなった軟便の状態から1日3回内服することで、脱水症状を改善することができます。

排便後の肛門洗浄（ウォシュレットの使用等）はトイレ汚染を広げる

排便後の肛門の水洗浄により、水滴が便器周辺に散布されることは、接触感染の原因となります。水洗浄は原則として禁止します。また、トイレ周りのすべての物にウイルスが付着しているおそれがありますので、手洗いをしっかりとすることや、ドアノブ等の接触物体のウイルス除去をすることが必要となります。下痢止め薬の服用により便の回数が減ることも、トイレの汚染低減に寄与します。

③-3 水分の補給

脱水の目安は尿の色、体重、皮膚の乾燥度でチェックする。

ビタミン剤を飲んでいると尿にビタミンBやCが排泄されるので、尿が黄褐色に着色し、尿が濃くなります。しかしビタミンを内服していなければ、尿の濃さが脱水の指標となります。尿は1時間に30ml、1日では約700ml以上出さなければ、腎臓機能の低下をまねくことがあります。尿の色が透明で、なおかつ、少ないと感じなければ心配ありません。尿の回数を記録し、尿が濃くなってきたら、水分が不足しているので、水分を多めに取ってください。

尿以外の脱水の目安は体重です。また、脱水を起こすことにより、皮膚には、潤いがなくなり乾燥する、唾液は粘っこくなり、口が乾燥する、等の異変が現れてきます。

水分がとりづらい時でも、少量ずつ頻回に水分を摂取すること。

咽喉が痛み、水分が飲みにくくなっているときでも、少量ずつ頻回にストローを使用してできるだけ水分をとるようにしてください。飲むべき量は前日の尿の量に汗の量を加えた水分量が目安ですが、目標1500ml、最低1000mlは必要となります。

④空気清浄機使用時の注意

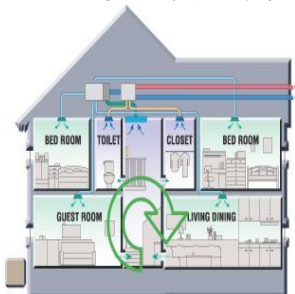
空気清浄機の移動はウイルスを拡散させるおそれがあるため避ける。

空気清浄機は、ウイルスを取り込むものもありますが、別の部屋で使用する場合、ウイルスを拡散させるおそれがあり、空気清浄機を移動させて使用することは避けるべきです。

⑤空調使用時の注意と換気

セントラル空調はウイルスを撒き散らすおそれがあるため使用を避ける。

セントラル空調を使用すると、他の部屋にウイルスを撒き散らすリスクがあるので、個別の空調以外は使用してはいけません。また空間中のウイルスを減らすためには、窓を開け外気を取り入れる必要があります。



<セントラル空調とは>

中央の機械室に大型の熱源機を据えて、そこから、冷温水や蒸気などを建物各所に空調配管で供給し、2次側設備(エアハンドリングユニットやファンコイルユニットなど)で、空気と熱交換する空調のこと。

浮遊ウイルス量を低減するためには窓を開け外気を取り入れることが必要。

浮遊ウイルス量を低減させるには、外気を入れて換気をしましょう。換気の目安は、1時間に数回となります。また、換気後、除菌スプレーを数回室内に噴霧散布してください。

⑥痰と症状の関係

痰が出始めると回復する。

二酸化塩素ガス等（二酸化塩素系がない場合は、消毒用エタノールを噴霧散布）の使用により、浮遊ウイルスの感染力を低減できます。

このマニュアルに従い重症化を阻止できるものと信じ、回復するまで決してあきらめてはなりません。また、介護してくれる第三者への感染にも注意を払ってください。から咳ではなく痰が出始めると回復の兆しです。どんどん咳をして痰を出しましょう。

痰が出始めたらうつぶせ（腹仰位）になり、背中をポンポンたたいてもらう。

通常のウイルス性肺炎では、気道粘膜および気管支から肺胞まで炎症が広がり、肺胞内の膜が厚くなってガス交換が悪く、酸素がうまく取り込むことができなくなります。そして、重力に比例して仰向けに寝っつづけていると、背中側の肺に特に空気が入らなくなってきます。空気が入らないところに血液が流れても酸素を取り込む効率が悪くなります。時々うつぶせになり、背中をポンポンたたいてもらうと、痰が出て肺胞が開き、呼吸が楽になります。この時、背中を叩く人もマスクをつけ感染しないよう心がけましょう。

同じ家の中でも隔離が必要。家族間の連絡は携帯電話で。

発熱した時点で、すでにほかの家族へ感染させるリスクがあるため、ひとつの部屋に隔離し加療しなければなりません。よって介護してくれる方は、同じ部屋に常駐できないため、可能な限り連絡を携帯電話で行う必要があります。脱水や高熱、呼吸困難は、心拍数すなわち脈を速くします。手首の血管である動脈を3本の指先でふれ脈を診てください。1分間に120回、すなわち10秒間で20回以下であり、脈がしっかり触れれば安心です。

呼吸苦が出だすと、十分な睡眠が取れず、苦しさが増大します。睡眠薬等を使用すると意識状態が悪化し、呼吸苦が増すおそれがありますので使用は控えなければなりません。

十分な水分、ビタミン剤を取り、消化吸収のよい食事をとり、音楽を聴き、精神的なストレスを回避することを心がけましょう。

可能な限り栄養分と水分を摂取する。

痰から咳を繰り返すと体力が消耗し、とてもつらくなります。このようなときには、水分を取り、のど飴でから咳を鎮めましょう。

気道内、口腔内の粘膜障害により、食事による栄養が十分に摂取できないときにも、のど飴や甘いものと水分を取ることで、入院時の点滴と同じカロリーを摂取することは可能です。一方、水分補給には、マグカップにストローを付けて、寝たままでも水分を容易に摂ることができるようにして、頻回に飲みつづけることが重要です。一日の必要カロリー数は、基礎代謝1200キロカロリーに発熱分として400キロカロリーとすれば、1600キロカロリーが必要となります。不足分のカロリーは、体のたんぱく質の分解により賄われるので、主に筋肉がやせてきます。しかし、備蓄がありますので、さほどの心配はいりません。なにより水分補給を心掛けてください。

痰が出だすと回復の兆しです。痰が切れたすと大きく息を吸い込んで、いきみましょ。痰が切れた部分の肺の中に空気が入りこみ肺が膨らんでくるのが感じられます。どんどんそれが広がってくるともう回復は間近です。

大きな深呼吸、空気をはき出すとき1～2秒とめていきごむ。
痰が出始めると咳をして痰を出すこと。

可能な限り自分で自分のことを行いましょ。また看護する場合は、マニュアルどおりに行えば必ずよくなることを伝え、実行させます。

重症化した場合、家族に感染を広げるおそれがあり、可能な限り自己完結するための準備が必要となります。水分と食事を用意し、寒気がしたら解熱剤、軟便なら正露丸等の下痢止め薬を飲み、睡眠を十分とりましょ。

呼吸が苦しくなれば上休を起こし、ゆっくり大きく空気を吸い込み、吐き出す前に1～2秒呼吸を止めます。これは、肺内で肺胞すなわち肺の袋を広げる呼吸法になります。他に、風船をふくらますことで、風船の圧により肺胞が広がりやすくなります。苦しくない程度で頻回に行うことが原則となります。痰が出始めたら、自ら咳をして痰を出します。痰で詰まった気管や肺胞が開き、急が肺胞まで入り込み楽になってきます。

呼吸回数が増え、肩で浅い呼吸となり、尿の回数が減って、意識がもうろうとなってくると要注意です。声をかけて意識が戻った時点で水のかけらを口に含ませ、しっかり呼吸するように促しましょ。肺が痰でつまり、空気が入らなくなっても回復のチャンスは必ずあります。そのときに痰を出して空気を送り込む努力が必要です。ティッシュで痰の出る様子を毎回確認してください。はじめは透明の痰が次第に黄色の痰が出てきます。大きく息を吸い込みぐっところえていと咳が出てきます。胸を収縮する感覚で息を吐き痰を出しましょ。咳とともに痰が出てきます。

苦しくなってきたら再度水分を取ってのど飴をなめます。この動作を何度も繰り返しましょ。絶対にあきらめず、水分と栄養を取り、また繰り返しましょ。

5、ウイルスの除去法

①器材に対するウイルス除去

ウイルスの除去が有効と考えられる除去法

- ・ 二酸化塩素で清拭。
- ・ 80° C、10 分間の熱水消毒。(熱水消毒をする際は、やけどには注意をすること)
- ・ 70%イソプロパノールあるいは消毒用エタノールで清拭または浅漬。

②環境におけるウイルス除去

ウイルスの除去が有効と考えられる除去法

- ・ 二酸化塩素で清拭または浅漬。
- ・ 消毒用エタノールで清拭。
- ・ 70%イソプロパノールで清拭。

③空間におけるウイルス除去

ウイルスの除去が有効と考えられる除去法

- ・ 二酸化塩素ガス
- ・ 消毒用エタノールで噴霧散布。
- ・ 70%イソプロパノールで噴霧散布。

6、吐しゃ物や人由来の液体が存在している場合の清掃

①清掃者の服装

手袋(頑丈で水を通さない材質のもの)、マスク(N95 マスク、FSC・F-99E マスク等と同等の性能を有するもの。ない場合はサージカルマスクで代用)等、目の防護用具(フェースシールド又はゴーグル)、ガウンを着用

②清掃の手順

汚染された環境は直ちに清掃者以外の立ち入りを制限し、清掃に取り掛かります。汚れを新聞紙等で覆い、飛散を防ぎます。

新聞紙の上からウイルス除去剤(二酸化塩素系または消毒用エタノール)をかけます。

新聞紙ごと静かに汚れを包みとりビニール袋に入れ密封します。さらに取り残した分については、使い捨ての布やペーパータオル等で外側から内側に向けて拭き取り面を折り込みながら静かに拭き取ります。

嘔吐物が付着した床とその周囲にウイルス除去剤(二酸化塩素または消毒用エタノール)を満遍なくかけ、約10分後に布かペーパータオル等で拭き取ります。拭き取り後さらに水拭きを行います。

手袋、使用した使い捨ての布やペーパータオル等はすぐにビニール袋に入れ、さらに除菌スプレーを散布した蓋つきゴミ箱に保管、処分します。処理後は手洗い・うがいをします。

デイリー社グループ 一覧

■青森ロイヤル株式会社	青森県南津軽郡大鰐町大字島田字滝ノ沢100番9号 TEL:0172-48-2881 FAX:0172-48-2953
■スーパーゴルフ株式会社	栃木県芳賀郡市貝町石下136-5 TEL:0285-68-2002 FAX:0285-68-3881
■岐阜国際開発株式会社	岐阜県山県市梅原1700番地 TEL:0581-22-1600 FAX:0581-22-5167
■デイリー瑞浪開発株式会社	岐阜県瑞浪市釜戸町1069 TEL:0572-63-1122 FAX:0572-63-3110
■デイリー郡上開発株式会社	岐阜県郡上市高鷲町鷲見2363 TEL:0575-73-2121 FAX:0575-73-2406
■京阪カントリー株式会社	滋賀県大津市大石曾束町525 TEL:077-546-0271 FAX:077-546-1897
■紀泉カントリー株式会社	和歌山県紀の川市上勝神411番地34 TEL:0736-73-5924 FAX:0736-73-7147
■名阪開発株式会社	三重県伊賀市西之澤1598 TEL:0595-45-3501 FAX:0595-45-5523
■吉川ゴルフ開発株式会社	兵庫県加東市平木1310番地の1 TEL:0795-45-0550 FAX:0795-45-0560
■信楽ゴルフ開発株式会社	滋賀県甲賀市信楽町多羅尾字上流1577番地 TEL:0748-85-0820 FAX:0748-85-0860
■ニチニチ製薬株式会社	三重県伊賀市富永239-1 TEL:0595-48-0201 FAX:0595-48-0209
■有限会社サンマールワイナリー	青森県むつ市川内町川代1-6 TEL:0175-42-3870 FAX:0175-42-4175
■有限会社エムケイヴィンヤード	青森県むつ市川内町川代1-6 TEL:0175-42-3870 FAX:0175-42-4175
■東京ロイヤルスタッフ株式会社	東京都千代田区三崎町3-1-16 TEL:03-5275-5750 FAX:03-5275-5788
■カフェロワイヤル株式会社	青森県弘前市大字堅田字神田382番8 TEL:0172-32-2358 FAX:0172-32-2358

<本マニュアル使用上の注意事項>

- 1 このマニュアルはデイリー社グループの社内マニュアルであり、当グループ以外での使用を目的としたものではありません。
- 2 記載内容、感染対策の効果、安全性については、保証するものではありません。
- 3 このマニュアルを通じて入手したいかなるデータ、情報、文書、発言等も、著作権法で認められた私的利用の範囲を超える複製、販売、出版のための利用等はできません。

(制作部署・本マニュアルに関するお問い合わせ窓口)

株式会社デイリー社 グループ総括人事部
〒6533-6098 大阪市西区立売堀3丁目6番17号
TEL:06-6533-3345 FAX:06-6533-2712
<http://www.dailysha.com>