

目次

1. 体調管理・体調不良の際のアクション

- 1-1. 毎朝、始業前の健康チェック
- 1-2. 妊婦の方々へ 厚生労働省資料より
- 1-3. 体調不良時のアクション
- 1-4. 発症時(発症疑い含む)の対応
 - ①PCR検査、抗原検査、抗体検査について
 - ①職場で発症(疑い)の場合
 - ②自宅で発症(疑い)の場合
 - ③同居者の発症(疑い)の場合
 - ④同居者が自宅待機を指示された場合
 - ⑤PCR検査/抗原検査受検の場合
 - ⑥出社ガイドライン及び勤怠上の取扱い

2. 勤怠上の取り扱い

- 2-1. 新型コロナウイルスでの勤怠上の取り扱い
～体調不良・自宅待機・学校休校の対応

3. 感染予防のための注意事項

～勤務上の注意

- 3-1. 勤務形態
- 3-2. 食堂
- 3-3. 通勤

- 3-4. 会議
- 3-5. イベント
- 3-6. 出張
- 3-7. 懇親会等
- 3-5'. イベント補足 人事教育 感染予防ガイドライン
- 3-7'. 懇親会等補足
- 3-8. 来訪者の対応
- 3-9. 在宅勤務の進め方～目安
- 3-10-1. 自宅待機における心構え
- 3-10-2. 在宅勤務における注意事項
- 3-11. 3密を避ける

4. 感染予防のための注意事項

～日常の注意

- 4-1. 規則正しい生活習慣
- 4-2. 手洗い・咳エチケット
- 4-3. マスク着用ルール
- 4-4. ハンドドライヤーの禁止ほか
- 4-5. 消毒
- 4-6. こまめな換気
- 4-7. 感染予防の取り組み実施記録と
職場診断シート
- 4-8. 人との接触を8割減らす10のポイント
- 4-9. 「新しい生活様式」の実践例

1. 体調管理・体調不良の際のアクション

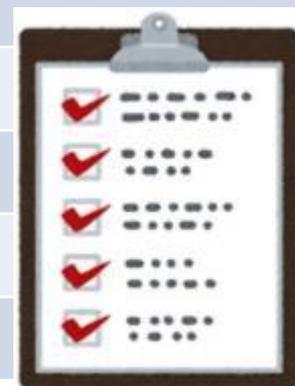
- 1-1. 毎朝、始業前の健康チェック
- 1-2. 妊婦の方々へ 厚生労働省資料より
- 1-3. 体調不良時のアクション
- 1-4. 発症時(発症疑い含む)の対応
 - ①PCR検査、抗原検査、抗体検査について
 - ①職場で発症(疑い)の場合
 - ②自宅で発症(疑い)の場合
 - ③同居者の発症(疑い)の場合
 - ④同居者が自宅待機を指示された場合
 - ⑤PCR検査/抗原検査受検の場合
 - ⑥出社ガイドライン及び勤怠上の取扱い

1-1. 毎朝、始業前の健康チェック(1)

感染者、感染疑いのある方の早期発見

- 毎朝、始業前の健康チェックを実施する（土日・休日の朝も実施）

健康チェック項目	出社可判断の目安
体温	発熱がないことを確認 朝自宅で検温してください (できない場合は会社で)
咳	咳が出ていないこと
喉の痛み	喉の痛みがないこと
呼吸不全	呼吸不全（ぜんそく症状など）がないこと
鼻水・鼻づまり	鼻水が出ていない、鼻づまりがないこと
全身倦怠	強い倦怠感がないこと
下痢	下痢症状がないこと
手洗い励行	7つのポイントで手洗いができているか
睡眠	十分に睡眠がとれているか



1-1. 毎朝、始業前の健康チェック(2)

感染者、感染疑いのある方の早期発見

毎朝、朝礼にて健康チェックを実施する。(休日出勤日も実施)

- ・工場従事部署：工場長に報告する。
- ・上記以外部署：各部署の管理職が集約し保管する。

チェックシート (イメージ)

新型コロナウイルス感染防止 健康チェック表(デイリー版)															
〇〇月 〇〇日		SHOP; 〇〇〇〇		NAME; 〇〇 〇〇〇		健康チェック (不良者数 ※クライテリア別表参照)									
名前	年休(計画)	年休(突発)	出勤	体温	咳	喉の痛み	呼吸不全	鼻水・鼻づまり	全身倦怠	下痢	手洗い励行	睡眠	体調不良	体調不良4日以上継続	感染確定者
〇〇〇 〇〇〇															
〇〇〇 〇〇〇															
〇〇〇 〇〇〇															
〇〇〇 〇〇〇															
〇〇〇 〇〇〇															
〇〇〇 〇〇〇															
〇〇〇 〇〇〇															
〇〇〇 〇〇〇															

1-1. 毎朝、始業前の健康チェック(3) 米国ミネソタ公衆衛生局資料より

感染者、感染疑いのある方の早期発見

■ インフルエンザと新型コロナウイルスの症状の比較

	 咳	 発熱	 筋肉痛	 寒気 震え	 倦怠感	 頭痛	 下痢	 咽頭痛	 息切れ	 嗅覚 味覚 障害	 胸痛	 鼻水	 くしゃみ	 涙
新型 コロナ														
インフル エンザ														

 よくある  ときどき  たまに  稀に  なし

- ・インフルエンザと新型コロナウイルスの症状はとても似ています
- ・いずれの症状でも、速やかに医療機関を受診してください

1-2. 妊婦の方々へ 厚生労働省資料より



新型コロナウイルス感染症（COVID-19）対策

～妊婦の方々へ～



感染が妊娠に与える影響

現時点では、妊娠後期に新型コロナウイルスに感染したとしても、経過や重症度は妊娠していない方と変わらないとされています。胎児のウイルス感染症例が海外で報告されていますが、胎児の異常や死産、流産を起こしやすいという報告はありません。したがって、妊娠中でも過度な心配はいりません。

日頃の感染予防

一般的に、妊婦の方が肺炎にかかった場合には、重症化する可能性があります。人混みを避ける、こまめに手を洗うなど日頃の健康管理を徹底してください。
①密閉空間、②密集場所、③密接場面、という3つの「密」が同時に重なるような場所を避けてください。

働き方

働いている方は、ご自身の体調なども踏まえ、時差通勤やテレワークの活用、休暇の取得などについて、勤務先とご相談ください。

厚生労働省は、省をあげて、妊婦の方々の安心・安全の確保に全力を尽くしてまいります

妊婦の方への一般的な留意点、妊婦健診、発熱時の留意点などについて、裏面を参考にしてください。また、新型コロナウイルスに関する一般的な情報や、詳しい情報は、厚生労働省や関係学会のホームページをご覧ください。

厚生労働省

【新型コロナウイルスに関するQ&A】

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_inyous/dengue_fever_qa_00001.html

一般社団法人 日本産婦人科感染症学会

【新型コロナウイルス感染症（COVID-19）について 妊娠中ならびに妊娠を希望される方へ（随時更新）】

<http://jidsq.kenkyukai.jp/information/>

※なお、このリーフレットは、現時点の情報や考え方をもとに作成しています。

状況に変化があった場合は、随時お知らせします。



◆ 相談・受診の目安

- 妊婦の方については、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合でも、急のため、重症化しやすい方と同様に、まずは早めに帰国者・接触者相談センター等に御相談ください。
- 医療機関を受診する際にはマスクを着用するほか、手洗いや咳エチケット（咳やくしゃみをする際に、マスクやティッシュ、ハンカチ、袖・肘の内側などを使って、口や鼻をおさえる）の徹底をお願いします。
<https://www.mhlw.go.jp/content/000628620.pdf>



◆ 各都道府県等の相談窓口の設置について

- 妊婦の方々の新型コロナウイルスに関する相談窓口が各都道府県等に設置されています。連絡先等については下記をご参照ください。
※お住まいの市町村の相談窓口もご活用ください。
https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_11296.html



◆ 分娩について

- 各都道府県においては、妊婦の方が罹患した場合の周産期医療提供体制の整備など、安心・安全な分娩の実現に努めています。新型コロナウイルスに感染した妊婦の方は、かかりつけ産科医療機関と分娩先などについてご相談ください。

◆ 働いている方について

- 妊娠中の女性労働者が、その作業等における新型コロナウイルス感染症への感染のおそれに関する心理的なストレスが母体又は胎児の健康保持に影響があるとして、妊婦検診等で主治医等から指導を受け、事業主に申し出た場合、事業主は、この指導に基づき、作業の制限、出勤の制限（在宅勤務・休業）等の措置を講じなければなりません。（男女雇用機会均等法）
※本措置の適用期間は、令和2年5月7日～令和3年1月31日です。
- このほか、妊娠中の女性労働者は、時間外労働、休日労働、深夜業の制限などについて、主治医等からの指導がなくても請求ができます。（労働基準法）

——— 上記に関するリーフレットをホームページに掲載しています。 ———
<https://www.mhlw.go.jp/content/11909000/000628247.pdf>

- 厚生労働省から労使団体等に対して、新型コロナウイルス感染症に関して、妊娠中の女性労働者への配慮がなされるよう、労使で十分に話し合い、安心して休暇を取得できる体制を整えていただくことなどを要請しました。これらの要請の内容や働く妊婦の皆様、企業の皆様への各種ご案内をホームページに掲載しています。
https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_11067.html



◆ ビデオメッセージ集について

- 妊婦のみならず、小さなお子さまがいらっしゃるみなさまに向けて、各分野の専門家からのメッセージを掲載しています。
https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_10996.html



1-3. 体調不良時のアクション

- 体調の悪い方は、出社せず、会社を休んで下さい。
そして、まずはゆっくりと休養して下さい。
- 身体の具合が悪い時は、『がんばらない』で仕事を休むという基本ルールをみなさんが守ることが、感染拡大防止につながります。
- 次の症状の方は、帰国者・接触者相談センターHPへ

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/covid19-kikokusyasessyokusya.html

※高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患等の基礎疾患がある方や透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方

1) 妊婦の方、重症化しやすい方※

- 発熱している（ご自身の平熱よりも高い状態）
- 風邪の症状がある

発熱、咳、痰、のどの痛み、鼻水・鼻づまり、呼吸苦・息苦しさ、全身倦怠感、頭痛、腹痛、下痢、関節痛、筋肉痛、味覚障害、嗅覚障害、嘔気、嘔吐など

2) 上記 1) 以外の方

- 上記に加え「息苦しさ」「強いだるさ」「高熱」等の強い症状がある

1-4. 発症時(発症疑い含む)の対応

■ フローチャートに沿って指示、実行してください

- ①職場で発症（疑い）の場合
- ②自宅で発症（疑い）の場合
- ③同居者の発症（疑い）の場合
- ④PCR検査/抗原検査受検の場合
- ⑤出社ガイド及び勤怠上の取り扱い

■ 新型コロナウイルス感染兼出社報告書

- ・本報告書は感染(疑い)報告と出社報告を兼ねています。
- ・PCR検査/抗原検査の受検が判明した時点で「表紙」と「行動記録」を提出してください。
- ・PCR検査/抗原検査が陽性判定時は3シート目以降を記載願います。

■ 本人や接触者等に配慮し個人情報取り扱いに注意する

- ・個人が特定できるようなメール等の展開や記載はしない（氏名など）
- ・感染兼出社報告書には必ずパスワードをかける

1-4. ①PCR検査、抗原検査、抗体検査について

- 現在、コロナウイルスの検査は3種類あります。
- 本人は自分の受けた検査の種類を医師に正しく確認してください。
- 職場(上司)は下表を正しく理解した上で報告書を提出してください。

検査種類	PCR検査	抗原検査	抗体検査
検査目的	現在、コロナウイルスに感染しているかどうかの検査	←	過去にコロナウイルスに感染したかどうかの調査
特徴	精度は高いが時間がかかる	時間は短いが陰性精度は低い	現在感染しているかどうかわからない
判定まで	約4時間～数日	約30分～数日	約15分
感染兼入社報告書の人事提出	必要	必要	不要

1-4. ①職場で発症(疑い)の場合

本人

職場（上司）

発熱や風邪の症状がある

(発熱、咳、痰、のどの痛み、鼻水・鼻づまり、呼吸苦・息苦しさ、全身倦怠感、頭痛、腹痛、下痢、関節痛、筋肉痛、味覚障害、嗅覚障害、嘔気、嘔吐などの諸症状)

マスクを着用し上司に体調不良を報告

即時帰宅、自宅療養を指示

自宅療養、検温

※ 高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患等の基礎疾患がある方や透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方

右記以外の
軽い症状の方

重症化しやすい方※、妊婦の方
「息苦しさ」「強いだるさ」「高熱」
等の強い症状がある方

右記の症状が
出た場合

帰国者・接触者相談センターHPに相談

上司に報告

PCR検査/抗原検査受検時は
「感染兼出社報告書」提出

解熱日を0日として
5日間平熱が続いたら
6日目から出社

職場の健康再チェック

出社

指定医療機関を受診
受診結果を上司に報告

療養

医療機関で
出社可の診断

上司に治癒報告
(電話等)

「感染兼出社報告書」提出

出社

「感染兼出社報告書」提出

1-4. ② 自宅で発症(疑い)の場合

本人

職場 (上司)

発熱や風邪の症状がある
 (発熱、咳、痰、のどの痛み、鼻水・鼻づまり、呼吸苦・息苦しさ、全身倦怠感、頭痛、腹痛、下痢、関節痛、筋肉痛、味覚障害、嗅覚障害、嘔気、嘔吐などの諸症状)

出社せずに上司に体調不良を報告

自宅療養を指示

自宅療養、検温

※高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患等の基礎疾患がある方や透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方

右記以外の軽い症状の方

重症化しやすい方※、妊婦の方
 「息苦しさ」「強いだるさ」「高熱」等の強い症状がある方

右記の症状が出た場合

帰国者・接触者相談センターHPに相談

指定医療機関を受診

受診結果を上司に報告

PCR検査/抗原検査受検時は「感染兼出社報告書」提出

療養

医療機関で出社可の診断

職場の健康再チェック

上司に治癒報告(電話等)

「感染兼出社報告書」提出

出社

「感染兼出社報告書」提出

上司に報告

解熱日を0日として5日間平熱が続いたら6日目から出社

出社

1-4. ③同居者の発症(疑い)の場合

同居者

本人

職場（上司）

発熱や風邪の症状がある
 (発熱、咳、痰、のどの痛み、鼻水・鼻づまり、呼吸苦・
 息苦しさ、全身倦怠感、頭痛、腹痛、下痢、関節痛、
 筋肉痛、味覚障害、嗅覚障害、嘔気、嘔吐などの諸症状)

自宅療養、検温

右記以外の
軽い症状の方

右記の症状が
出た場合

重症化しやすい方※、妊婦の方
「息苦しさ」「強いだるさ」「高熱」
等の強い症状がある方

帰国者・接触者相談センターHPに相談

医療機関を受診

医師の指示に従い療養

医療機関で
治癒の診断

上司に状況を報告

自宅待機又は在宅勤務

同居者の受診結果及び
本人の健康状況を上司に報告

上司に状況報告
(電話等)

出社

※ 高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患等の
基礎疾患がある方や透析を受けている方、
免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方

同居者がPCR検査/抗原検査受検時は
「感染兼出社報告書」提出

「感染兼出社報告書」提出

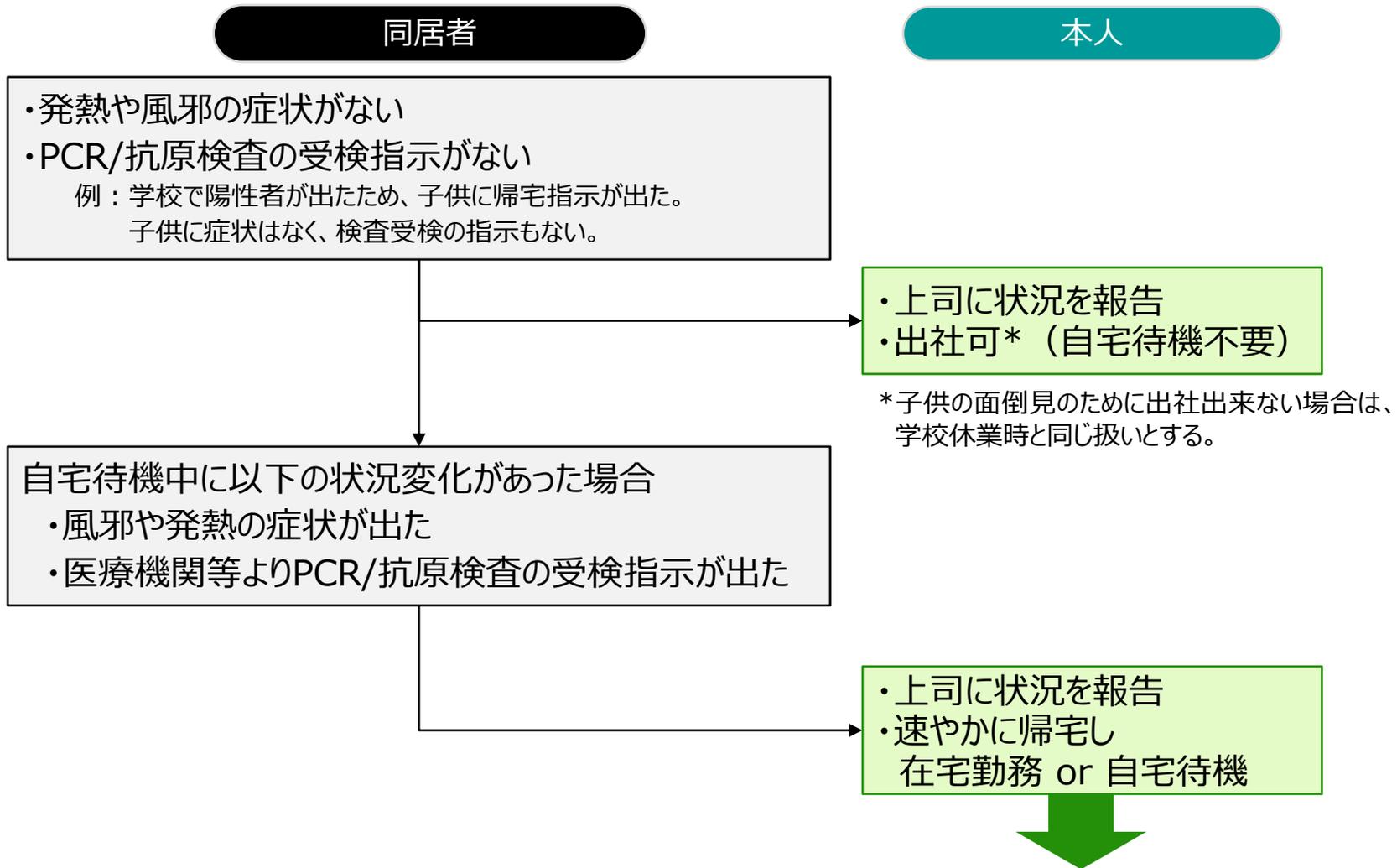
「感染兼出社報告書」提出

A

B

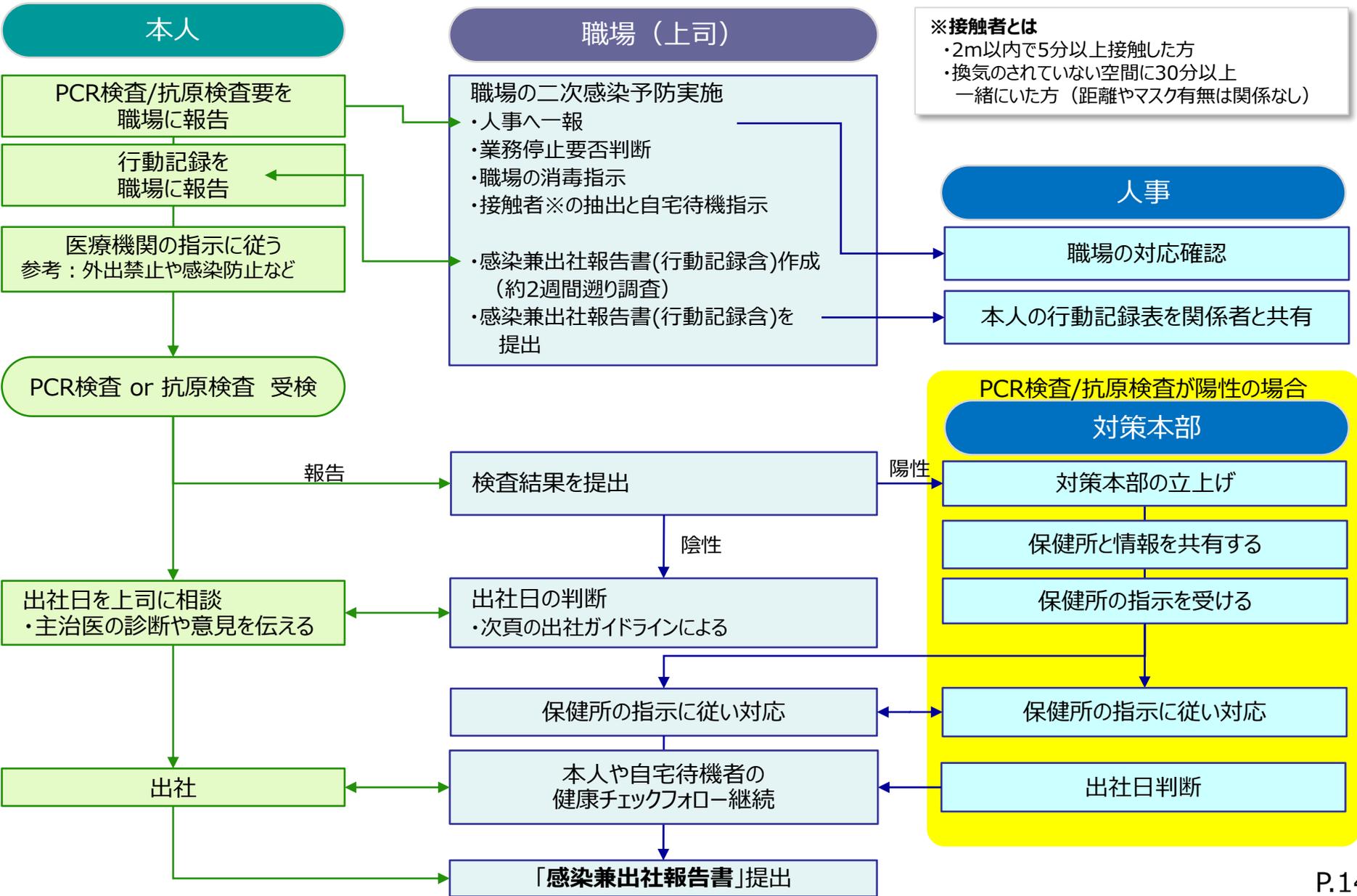
Aのみ

1-4. ④同居者が自宅待機を指示された場合



2-4. ③同居者の発症(疑い)の場合のフロー P14へ

1-4. ⑤PCR検査/抗原検査受検の場合



※接触者とは

- ・2m以内で5分以上接触した方
- ・換気のされていない空間に30分以上一緒にいた方（距離やマスク有無は関係なし）

人事

- 職場の対応確認
- 本人の行動記録表を関係者と共有

PCR検査/抗原検査が陽性の場合

対策本部

- 対策本部の立上げ
- 保健所と情報を共有する
- 保健所の指示を受ける
- 保健所の指示に従い対応
- 出勤日判断

1-4. ⑥ 出社ガイドライン及び勤怠上の取扱い

本人	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
検査 受検し なかつ た方 & PCR・ 抗原 検査 陰性	年公	年公	年公	休	休	公在	公在	出勤 可			休	休		
		年公	年公	休	休	公在	公在	公在	出勤 可		休	休		
			年公	休	休	公在	公在	公在	公在	出勤 可	休	休		
				休	休	年公	公在	公在	公在	公在	休	休	出勤 可	
					休	年公	年公	公在	公在	公在	休	休	出勤 可	
						年公	年公	年公	公在	公在	休	休	出勤 可	
							年公	年公	年公	公在	休	休	出勤 可	出勤 可
PCR・ 抗原 検査 陰性	判定 当日													
	公在	出社可否は、医師や保健所に確認すること												

凡例
年公：年休又は
 公休（無給）*
 *出勤率を補償しますので
 安心して休んでください
公在：公休（有給）又は
 在宅勤務

凡例

- 症状あり（発熱等）
- 症状治まる（服薬せず解熱等）
- 症状なし（平熱等）

3. 感染予防のための注意事項～勤務上の注意

3-1. 勤務形態

3-2. 食堂

3-3. 通勤

3-4. 会議

3-5. イベント

3-6. 出張

3-7. 懇親会等

3-5'. イベント補足 人事教育 感染予防ガイドライン

3-7'. 懇親会等補足

3-8. 来訪者の対応

3-9. 在宅勤務の進め方～目安

3-10-1. 自宅待機における心構え

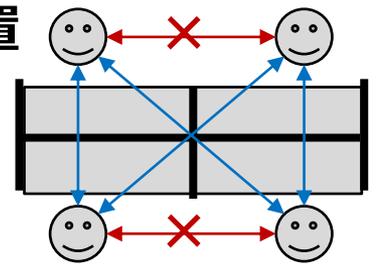
3-10-2. 在宅勤務における注意事項

3-11. 3密を避ける

3. 感染予防のための注意事項～勤務上の注意(1)

<p>1 勤務形態</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・「感染予防のための注意事項」に従い、ソーシャルディスタンス(社会的距離)を維持するなど、安全・健康対策を徹底する ・事業継続の為、出社が必要な従業員を最小限に絞り込む ・在宅勤務の活用促進 <ul style="list-style-type: none"> ✓ 利用上限時間を一時的に撤廃 (当面の間) ✓ 在宅勤務の進め方～ガイドによる実施 ✓ 対象者拡大 (派遣社員対象) ✓ 執務室や休憩所の換気徹底 (30分毎または常時) <p>・・・詳細はP.42の「5-6.こまめな換気」を守る事</p> ・執務室や休憩所にパーテーション設置 パーテーション仕様ガイド ・朝礼は3密を回避する 高さ：テーブルから600mm以上 ・工場内の移動は必要最小限※にする 位置：対面に加え、左右にも必要 ※ 自分の持ち場や食堂、トイレ、ロッカー、休憩所等 ・使用済マスクや鼻水・痰などを拭いたティッシュの分別廃棄 <ul style="list-style-type: none"> ✓ 各自でビニール袋に入れて、口を縛り、作業後は手を洗う
----------------------	---

<p>2 食堂</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・着座時近隣の距離確保やパーテーション設置 <ul style="list-style-type: none"> ✓ 食事の時は極力会話はしない ✓ 会話する時はパーテーション越しとする ✓ 左右で会話をする時は、マスクを着用する ・食堂の利用時間分散 <ul style="list-style-type: none"> ✓ 割り当てられた昼休み時間帯を守る
--------------------	---



3. 感染予防のための注意事項～勤務上の注意(2)

<p>3 通勤</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・通勤混雑回避(フレックスや時差勤務の活用) <ul style="list-style-type: none"> ✓ 時差勤務は、本人申し出により上司承認が必要 ・公共交通機関の通勤者は通勤時にマスクを着用 <ul style="list-style-type: none"> ✓ 必要な方には各職場で優先的にマスクを配布 (週に1枚程度) ✓ マスクが各職場で不足した場合は各職場窓口*に連絡してください ・車通勤者は駐車場から出入門の区間もマスク着用 ・車や徒歩の通勤者は作業着での通勤を推奨 <ul style="list-style-type: none"> ✓ 更衣室の密集を避けるため
<p>4 会議</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・30人以上の会議は中止または延期もしくは分割開催 (クラスター感染回避) ・TV会議やSkype会議の利用を推奨 (やむを得ず開催or参加時は以下を遵守) <ul style="list-style-type: none"> ✓ 会議室の利用人数を定員50%制限に徹底 ✓ 手洗い、咳エチケット ✓ 消毒の徹底 使用後都度 ✓ ソーシャルディスタンスの確保 (目安2m) ✓ 時間短縮 (目安30分以内) ✓ 部屋の換気、出入り口や窓の開放の徹底 (30分毎または常時) ……詳細はP.42の「5-6.こまめな換気」を守る事 ・参加者に時差出勤者がいる場合、10時以前及び16時以降の ・会議設定は原則禁止 (必要な会議は除く)



3. 感染予防のための注意事項～勤務上の注意(3)

5	イベント	<ul style="list-style-type: none">・不要不急のイベントは自粛 (例) セミナー、集会、講演会、勉強会、等・必要なイベントはP.22の「3-5'. イベント補足」を守る事
6	出張	<ul style="list-style-type: none">・全ての不要不急の出張は禁止 (海外、国内共)・やむを得ない場合は管理職判断・海外出張 (駐在含む)<ul style="list-style-type: none">✓ 外務省HPや出張先の国や拠点の受入れ状況を確認✓ 部門担当役員及び社長の承認が必要・帰国者は帰国後14日間自宅待機 (在宅勤務又は公休(有給))
7	懇親会等	<p>原則自粛する</p> <ul style="list-style-type: none">・P.23の「3-7'. 懇親会等補足」を守る事

3-5'. イベント補足

イベント実施の際は、全社研修と同様に下記ガイドラインに沿った運営をお願いします。

全社研修（人事主催）感染予防ガイドライン

3密防止			ウイルスを持ち込まない	熱中症への対策 ※夏季期間のみ
密閉 (換気・消毒)	密集 (SD)	密接 (飛沫防止)		
<ul style="list-style-type: none"> ・可能な限り常時換気（最低5分/時間） ・間接部署同等の定期的な消毒（AM/PM実施） 	<ul style="list-style-type: none"> ・会場キャパ（50%以下） ・1会場最大30名未満 ・席間隔2m推奨（最低1m） 	<ul style="list-style-type: none"> ・常時マスクの着用 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康チェックシート記入・提出 ・入場前手洗い ・入場時の検温 ・消毒液設置（出入都度） 	<ul style="list-style-type: none"> ・エアコンの設定（安全環境部基準「休憩所」相当） ・水分補給時間の設定（換気同等）
<p>【グループワーク時の配慮】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・紙資料等複数準備ができるものは、メンバーでの共有禁止（人数分用意し、書記を決める等） ・1つの資材を共有する教育は、開始前に全員で機材を消毒してから使用、もしくは手袋を着用 ・受講者・講師とも配席を考慮し、正対は極力避ける 			<p>【意識向上】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・策定したガイドを各会場に掲示し、受講者の理解を促す（受講案内にも添付） 	

3-7' 懇親会等補足 内閣官房 対策推進室資料より

クラスター発生を防ぐために、感染リスクが高まる「5つの場面」が整理されています。

- ・飲食を伴う職場イベントや懇親会は、今後も自粛を継続します。
- ・個人の生活においても、下記に注意して下さい。

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

- 飲酒の影響で注意力が低下する。また、聴覚が鈍磨し、大きな声になりやすい。
- 特に敷居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は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、例えば深夜のはしご酒では、昼間の通常の食事に比べて、感染リスクが高まる。
- また大人数、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

- マスクなしに近距離で会話することで、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、昼カラオケや野外のバーベキューでの事例が確認されている。



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施設での事例が確認されている。



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がある。
- 休憩室、喫煙所、更衣室での事例が確認されている。車やバスで移動する際の車中でも注意が必要。



3-8. 来訪者の対応

接触感染の予防

1. 受付での確認

- ① 過去2週間以内に海外に渡航したことがありますか？
- ② 過去2週間以内に海外から戻ってきた人や、2週間以内に発病した人と接触したことがありますか？
- ③ 現時点、熱がありますか？（平熱よりあきらかに高いなど）
（守衛所の体温計で測定させて頂くことがあります。）
- ④ 過去2週間以内に発熱や風邪で「息苦しさ」「強いだるさ」「高熱」等の強い症状がありますか？
- ⑤ 過去2週間以内にPCR検査/抗原検査やその指示を受けましたか？

- ✓ ①～⑤いずれかに該当する場合は、来社をお断りさせて頂くこと。
- ✓ 来社された際にも、体調がすぐれない場合は、打ち合わせをキャンセルさせて頂くこと。

2. 委託業者や協力会社、週末・連休工事業者などへの対応について

- ✓ 来訪者と同じ確認（①～⑤）をすること。
- ✓ 毎日の健康チェックと記録を行い、発熱や風邪の症状がある場合帰宅させる。
- ✓ PCR検査/抗原検査を受ける、または検査結果を待っている場合は入場せず即自宅待機頂き、作業中止し所管部署の指示を受けること。

3-9. 在宅勤務の進め方～目安

間接部門

目的：社内での人と人との接触を減らす

【考え方】 事業継続の為、出社が必要な業務を最小限に絞り込み、それ以外は在宅勤務

- 【例】
- 1.在宅を基本とし、会社でしか出来ない業務を特定する。
 - 2.その業務をどうしたら在宅できるかを考える。(必要性・先送りも考慮、割り切る)
 - 3.どうしても会社でしか出来ない場合、人と人との接触を減らす事を考える。

例)時間帯をずらす(シフト制)、人と接触しない場所での業務、社内で移動しない、出勤者に業務を寄せる 等

【目安】

出社率 部門毎50%以下

【参考】

シーン	メール Skype	会議・打合せ グループ会議 業務フォロー 検討会・面談	コミュニケーション	事務 処理 検討 作業	電話通話 電話確認	出社しないと できない作業 書面・ハンコ・押印 ・専用端末など	現場確認 立ち合い
方法	在宅	在宅 Skype会議	在宅 繋がるようしておく ・Skypeでチャット ・メールで連絡 ・電話で会話	在宅	在宅 Skype通話	出社 ・公共交通機関は避ける ・やむなくは時差や フレックス	出社 ・公共交通機関は避ける ・やむなくは時差や フレックス

3-10-1. 自宅待機における心構え

・ 自宅待機時は、基本的に自宅にいること

- 自宅待機は、休暇ではなく業務です
- 「感染しない・させない」ことが目的です
- 不要不急の外出はしないでください
- 毎日、健康チェック結果を上司に報告してください
- 出社可否は上司の指示を仰いでください



3-10-2. 在宅勤務における注意事項

・ 在宅勤務中も周囲の安全や健康に注意してください

- 室温、照明の明るさなど適切な作業環境を確保
- 作業姿勢に注意（背筋を伸ばし、PC画面から40cm確保など）
- ストレス低減、適度な運動など生活習慣に留意
- 必要に応じて、健康推進グループに相談してください



3-11. 3密を避ける 厚労省資料より

新型コロナウイルスの集団発生防止にご協力をお願いします

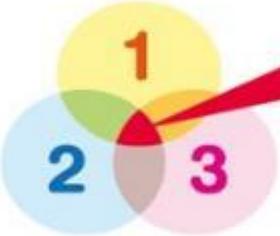
密を避けて外出しましょう!



- ①換気の悪い密閉空間
- ②多数が集まる密集場所
- ③間近で会話や発声をする密接場面



新型コロナウイルスへの対策として、クラスター(集団)の発生を防止することが重要です。
イベントや集会で3つの「密」が重ならないよう工夫しましょう。



3つの条件がそろった場所が
クラスター(集団)発生の
リスクが高い!

※3つの条件のほか、共同で使う物品には
消毒などを行ってください。



首相官邸  厚生労働省

4. 感染予防のための注意事項～日常の注意

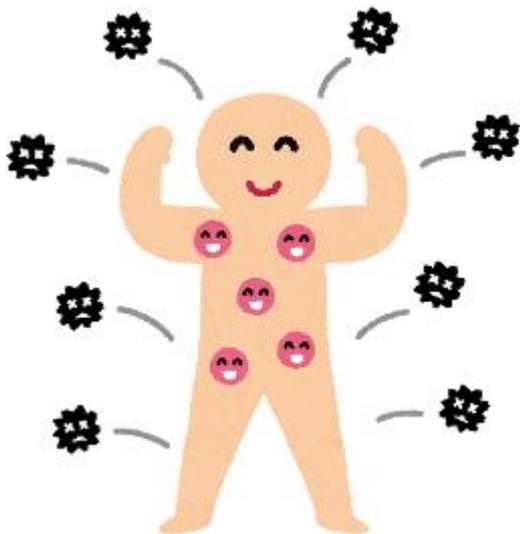
- 4-1. 規則正しい生活習慣
- 4-2. 手洗い・咳エチケット
- 4-3. マスク着用ルール
- 4-4. ハンドドライヤーの禁止ほか
- 4-5. 消毒
- 4-6. こまめな喚起
- 4-7. 感染予防の取り組み実施記録と
職場診断シート
- 4-8. 人との接触を8割減らす10のポイント
- 4-9. 「新しい生活様式」の実践例

4-1. 規則正しい生活習慣

まずは、健康な身体を保つために

規則正しい生活習慣（睡眠、食事、運動）を心がけましょう。

- ・細菌やウイルスに対する抵抗力（免疫力）は、睡眠中に維持・強化されています。
- ・また、栄養バランスのとれた食事や適度な運動も、免疫力を高めると言われています。
- ・免疫力を強化するためにも、しっかりとした睡眠や食事、運動を心がけましょう。



4-2. 手洗い・咳エチケット(1) 厚生労働省資料より

感染症対策へのご協力をおねがいします

！ 手洗い

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。

外出先からの帰宅時や**調理の前**後、**食事前**などこまめに手を洗います。

正しい手の洗い方

手洗いの前に
・爪は短く切っておきましょう
・時計や指輪は外しておきましょう



石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。



感染症対策へのご協力をおねがいします

！ 咳エチケット

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

■ほかの人にうつさないために

くしゃみや咳が出るときは、飛沫にウイルスを含んでいるかもしれません。次のような咳エチケットを心がけましょう。

- ・**マスク**を着用します。
- ・ティッシュなどで**鼻と口を覆います**。
- ・とっさの時は**袖や上着の内側で覆います**。
- ・周囲の人から**なるべく離れます**。



3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まる場所でやろう



正しいマスクの着用



・職場のマスクは在庫に限りがありますので、大切に使用してください。

4-2. 手洗い (2)

直接部門

感染予防対策の徹底実施

接触感染の予防

- ・工場は、7つのポイントで手洗いを確実に実施する。
- ・手洗いの実施チェックを声かけ管理する。

自宅

通勤

職場 (工場)

通勤

自宅

1

更衣室を出て、
詰所に入る前

2

休憩の前

3

昼休みの前

4

食堂から戻ったら

5

休憩の前

6

業務終了後、
詰所に入る前

7

帰宅してすぐに



特に食事前の手洗いは入念に！

4-3. マスク着用ルール

接触感染の予防

感染予防対策の徹底実施

直接/間接部門

人にうつさない・うつされないを徹底するため、
社内および出退勤時、出張*時はマスクの着用を必須とする。

マスク着用をお願い

ウイルス感染防止のため、マスクの着用をお願いいたします。



直接部門

10月1日より、工場の生産ラインで働く人に不織布マスクを稼動1日あたり1人1枚を基本として渡します。(旧：1人週2枚)

就業時間中の着用マスクは、認められた代替マスク(布マスク、ネックゲーターなど)も可とします。

コロナ感染拡大防止のため、工場内マスク着用100%をお願いします。

4-4. ハンドドライヤー使用禁止ほか

接触感染の予防

感染予防対策の徹底実施



ハンドドライヤー使用禁止

ドライヤーの風による
ウイルス飛散防止のため
ハンドドライヤーの使用を
当面禁止します



トイレトペーパー三角折り禁止

✓ ペーパーにウイルスを付着させないため



トイレはフタをしめて流す

✓ ウイルス飛散防止のため

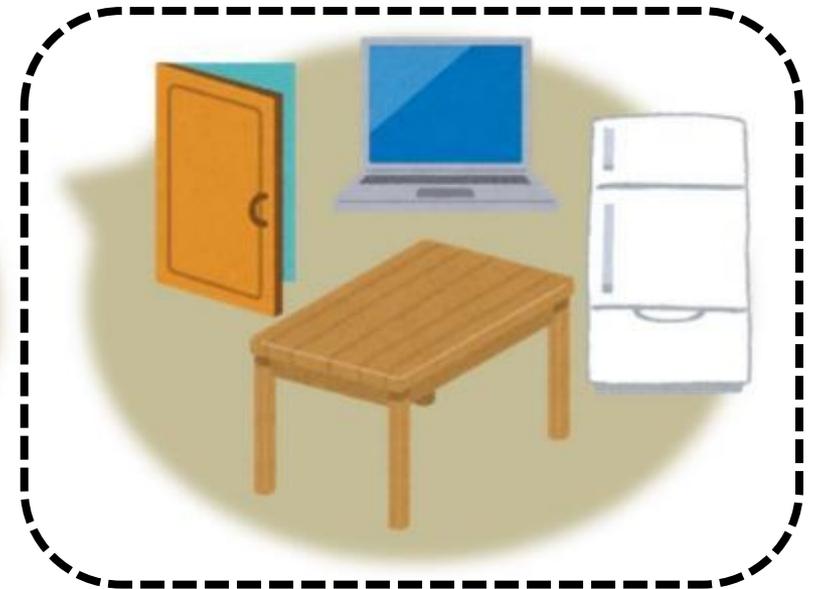
4-5. 消毒(1)

接触感染の予防

感染予防対策の徹底実施

共有エリアの消毒を行う

社内は、どうしても多くの方が共用されるものが多くあります。感染者が、くしゃみや咳を手で押さえた後など、その手で周りの物に触れるとウイルスが付きます。他者がその物に触るとウイルスが手に付着し、その手で口や鼻を触って、粘膜から感染します。共有部分を消毒することは、感染予防として有効です。



4-5. 消毒(2)

接触感染の予防

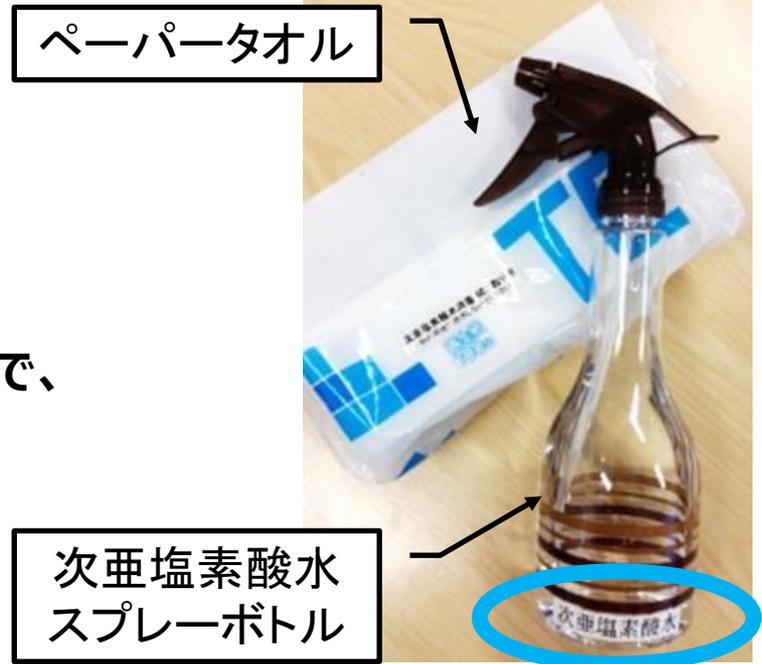
感染予防対策の徹底実施

消毒液

各職場に配備済です
拭き取り用のペーパータオルと一緒に
活用してください。

次亜塩素酸水（弱酸性）

直射日光に当たると消毒効果が減少しますので、
置き場所に注意してください



4-5. 消毒(3)

感染予防対策の徹底実施

休憩所の消毒は、6回実施する

消毒できない共用品使用時は、手袋着用する（素手禁止）



	1 朝の始業時	2 休憩の前	3 昼休みの前	4 午後の始業時	5 休憩の前	6 業務終了後、詰所に入る前
ドアノブ、スイッチ、エレベーターボタン	●	●	●	●	●	●
机・椅子（持手） 長椅子・ごみ箱 など	●	—	—	●	—	—
冷蔵庫、ポット、電子レンジ など	●	—	—	●	—	—
プロジェクター、共用PC 電話、ケーブルなど	●	—	—	●	—	—
生産設備、共用工具など	●	—	—	●	—	—

折角手を洗っても、共有エリアが…とならない様に。特にドアノブは、組員ではない人も触るので、マメに実施しましょう！

4-5. 消毒(4)

感染予防対策の徹底実施

接触感染の予防

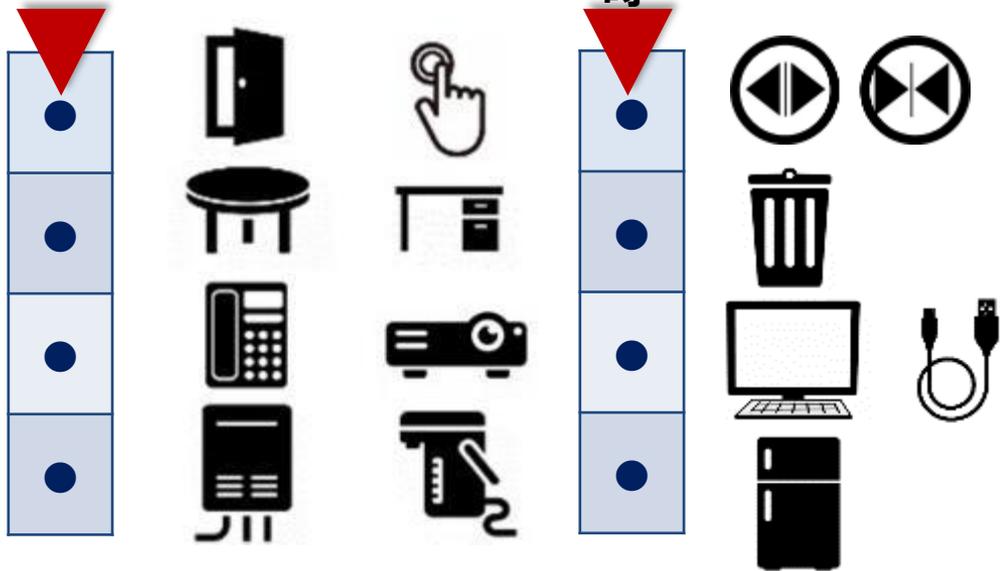
執務室の共有エリアは2回、会議室は2回及び使用後に都度消毒する



1 朝の始業時

4 午後の始業時

- ドアノブ、スイッチ
エレベーターボタンなど
- 共有の机・椅子(持手)
長椅子、ごみ箱など
- プロジェクター、共用PC
電話、ケーブルなど
- 給湯器、電気ポット、
冷蔵庫など



折角手を洗っても、共有エリアが：とならない様に。特にドアノブは、不特定多数の人が触るので、マメに実施しましょう！

4-6. こまめな換気

感染予防対策の徹底実施：ウイルスが漂う密閉空間にしないため

執務室や休憩所、会議室の換気を徹底しましょう！

- ✓ 30分に1回以上、空気を入れ替える
- ✓ 空気の入替時間は5分が目安
- ✓ 空気の流れをつくるため、2方向の窓を開放する
- ✓ 窓が1つまたは無い場合は、出入口ドアを開ける
 - ・秘匿性の高い会議は、窓が2つ以上ある会議室を利用
- ✓ 部屋の換気装置(換気扇含む)は24時間稼働させる
 - ・週末/長期休暇中は停止可
 - ・休暇明けの利用前には十分な換気を行う事。



【参考:他社事例】 会議室の換気が不十分だったため、マスクを着用していても保健所から濃厚接触者に指定され、全員自宅待機&PCR受検となった事例

- ・30分換気していない会議室で、発症者の1m以内の両隣に座っていた方
- ・90分換気していない会議室で、発症者と同じ部屋にいた方

4-7. 感染予防の実施記録・診断

職場の取り組みがしっかりできているかチェックし**部署で保管**してください

■ 感染予防取り組み実施記録（毎日毎回実施）

休憩所：消毒・換気・手洗いの状況

会議室：消毒・換気

執務室：消毒・換気

■ 職場診断シート（月1回実施）

職場予防のレベルを診断してください

4-8. 人との接触を8割減らす10のポイント 厚生労働省資料より

緊急事態宣言の中、誰もが感染するリスク、誰でも感染させるリスクがあります。
新型コロナウイルス感染症から、あなたと身近な人の命を守れるよう、日常生活を見直してみましよう。

1 ビデオ通話で
オンライン帰省



2 スーパーは1人
または**少人数で**
すいている時間に



3 ジョギングは
少人数で
公園は**すいた時間、**
場所を選ぶ



4 待てる買い物は
通販で



5 飲み会は
オンラインで



6 診療は**遠隔診療**
定期受診は間隔を調整



7 筋トレやヨガは
自宅で動画を活用



8 飲食は
持ち帰り、
宅配も



9 仕事は**在宅勤務**
通勤は医療・インフラ・
物流など社会機能維持
のために



10 会話は
マスクをつけて



**3つの密を
避けましょう**

1. 換気の悪い**密閉空間**
2. 多数が集まる**密集場所**
3. 間近で会話や発声をする**密接場面**

**手洗い・
咳エチケット・
換気や、健康管理**
も、同様に重要です。

4-9. 「新しい生活様式」の実践例 1/2 厚生労働省資料より

(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。
- 遊びに行くなら屋内より屋外を選ぶ。
- 会話をする際は、可能な限り真正面を避ける。
- 外出時、屋内にいるときや会話をするときは、症状がなくてもマスクを着用
- 家に帰ったらまず手や顔を洗う。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。
- 帰省や旅行はひかえめに。出張はやむを得ない場合に。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。
- 地域の感染状況に注意する。

(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
- 身体的距離の確保 □「3密」の回避（密集、密接、密閉）
- 毎朝で体温測定、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



外出控え



密集回避



密接回避



密閉回避



換気



咳エチケット



手洗い

4-9. 「新しい生活様式」の実践例 2/2 厚生労働省資料より

(3) 日常生活の各場面別の生活様式

買い物

- 通販も利用
- 1人または少人数ですいた時間に
- 電子決済の利用
- 計画をたてて素早く済ます
- サンプルなど展示品への接触は控えめに
- レジに並ぶときは、前後にスペース

娯楽、スポーツ等

- 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- 筋トレやヨガは自宅で動画を活用
- ジョギングは少人数で
- すれ違うときは距離をとるマナー
- 予約制を利用してゆったりと
- 狭い部屋での長居は無用
- 歌や応援は、十分な距離かオンライン

公共交通機関の利用

- 会話は控えめに
- 混んでいる時間帯は避けて
- 徒歩や自転車利用も併用する

食事

- 持ち帰りや出前、デリバリーも
- 屋外空間で気持ちよく
- 大皿は避けて、料理は個々に
- 対面ではなく横並びで座ろう
- 料理に集中、おしゃべりは控えめに
- お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避けて

冠婚葬祭などの親族行事

- 多人数での会食は避けて
- 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

(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
- 名刺交換はオンライン
- 対面での打合せは換気とマスク