

# 新型コロナウイルス感染症

③

職場や自宅での感染症対策

令和2年4月度

衛生委員会資料

産業医 西川菜摘

# 新型コロナウイルス感染症を防ぐポイント



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。  
日頃の生活の中で3つの「密」が重ならないよう工夫しましょう。



▼3つの「密」を防ぐ

①換気をよくする。

②人の密度を下げる。

③近距離での会話や発声  
を避ける。

# 感染拡大を防ぐために。

主な感染ルートは飛沫感染と接触感染。

- 飛沫感染を防ぐには、他の人との距離を1～2m離す。
- 接触感染を防ぐには、こまめな手洗い・手指消毒、共用して触る可能性のある物・場所（ドアノブ、デスク、パソコン等）をアルコールや次亜塩素酸などで拭き取る。

※一方で、飛沫は一定時間空気中を漂うことが分かっている。

⇒換気をよくすることが重要！

# 「換気」について

- 換気には、窓を開けて行なう「自然換気」と、ファンなどを用いて行なう「機械換気」とがある。

自動車などの外気モードは「機械換気」に相当する。

オフィスビル等の空調システムでは「機械換気」が行われているが、家庭用エアコンでは換気は行われていないことに注意する。

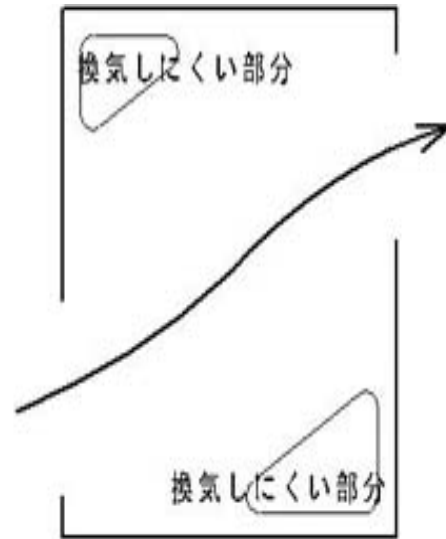
家庭用空気清浄機では性能にばらつきがあるため、部屋全体の十分な換気効果があるかは不明。

※「換気回数」という言葉があるが、例えば「換気回数2回/時」は“1時間に2回窓を開ける”という意味ではない。1時間に部屋の容積2つ分に相当する外気が入ってきた、という意味である。

# 「換気」をよくするには



2箇所窓を開けても、部屋の中に換気できない部分が多くなる



2箇所窓を開けると、部屋の中の空気を有効に換気できる

- 機械換気に比べて自然換気は換気できる空気量（換気量）が多いため、自然換気が可能であれば積極的に行なうとよい。
- 換気量が多くても部屋の隅々まで新鮮な空気が行き渡らなければ、換気の質を表す「換気効率」は悪い。
- 空気の入口と出口が離れている方が換気効率は良い（左図参考）。
- ウイルスの浮遊が疑われる場所はなるべく風下になるよう配慮する。