

だからこそ  
玄関で消毒！

家庭内に  
菌やウイルスを  
持ち込まずに  
感染予防しましょう！

# 家庭の 感染と予防 ガイドブック

新型コロナウイルス…

監修／一般財団法人日本ヘルスケア協会

見て  
おかし  
なところ

ねえ  
衛生くん…

衛生の  
妖精です

気をつけても  
新型コロナウイルスに  
感染して、自宅療養に  
なることがあるよね…？

本日の  
感染者数は…

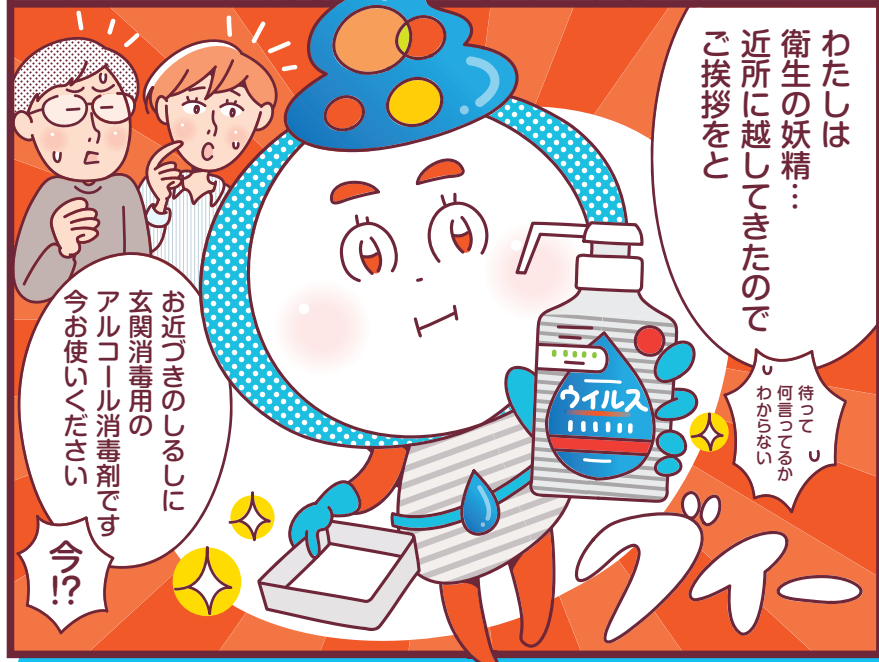
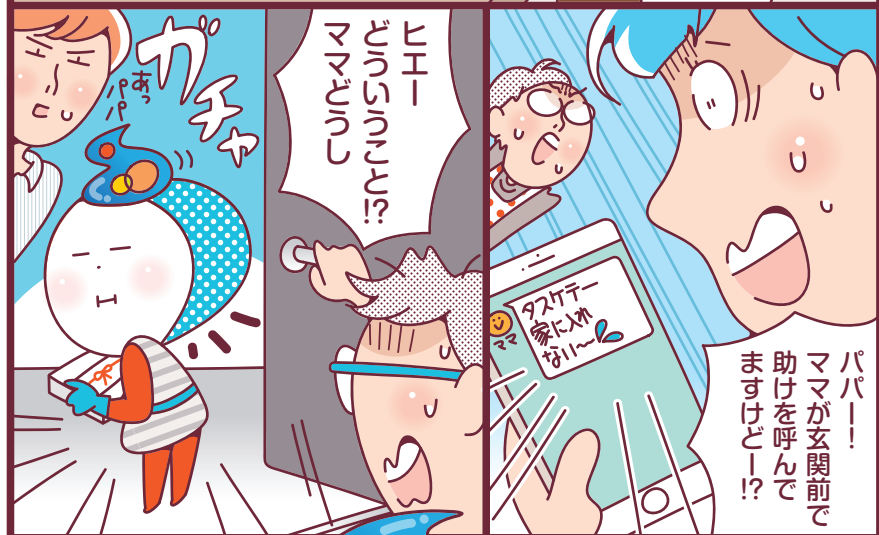
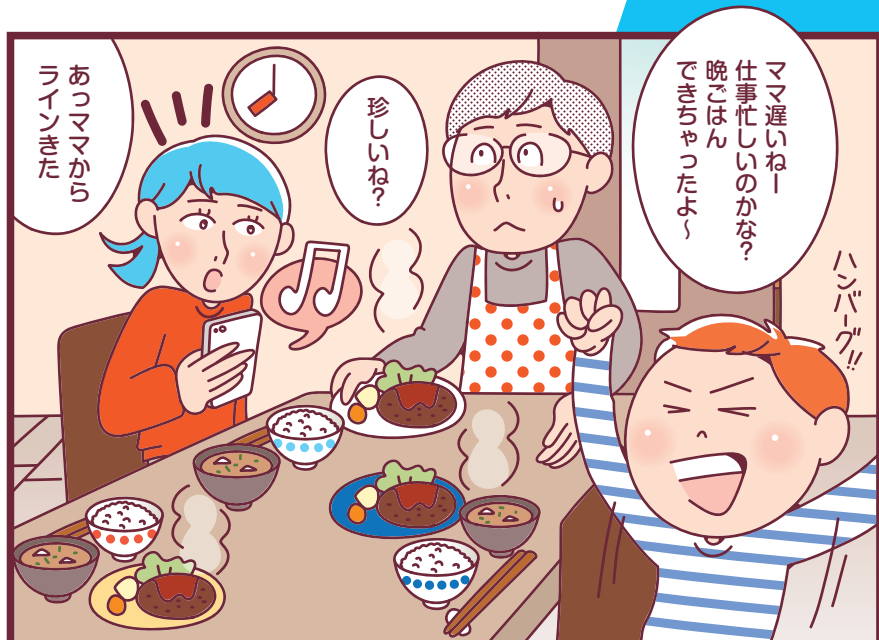
感染経路は主に2つ、  
手洗い・マスクが  
大事なのはわかった！  
でももっとちゃんと具体的な  
予防方法が知りたい！

パパ

いのちをつなぐ

SARAYA

# 家庭内感染対策には玄関消毒で ウイルス・細菌を持ち込まない



・・・ドアノブ・・・



・・・蛇口・・・



・・・スイッチ・・・



たとえばこちらに  
触れることで  
菌やウイルスが  
家を持ち込まれて  
しまうのでは  
ないでしょうか！



だっぴんねん

そう  
だけど...



そのまま洗面所に行って手を洗っておつもりですか？

ママさんは今帰宅しましたよね？

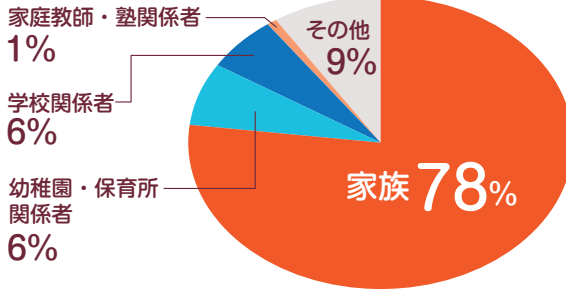
えっ



### 新型コロナウイルスの子どもへの影響

感染経路が特定できた子どものおよそ8割が家庭内で感染！

COVID-19 日本国内における小児症例

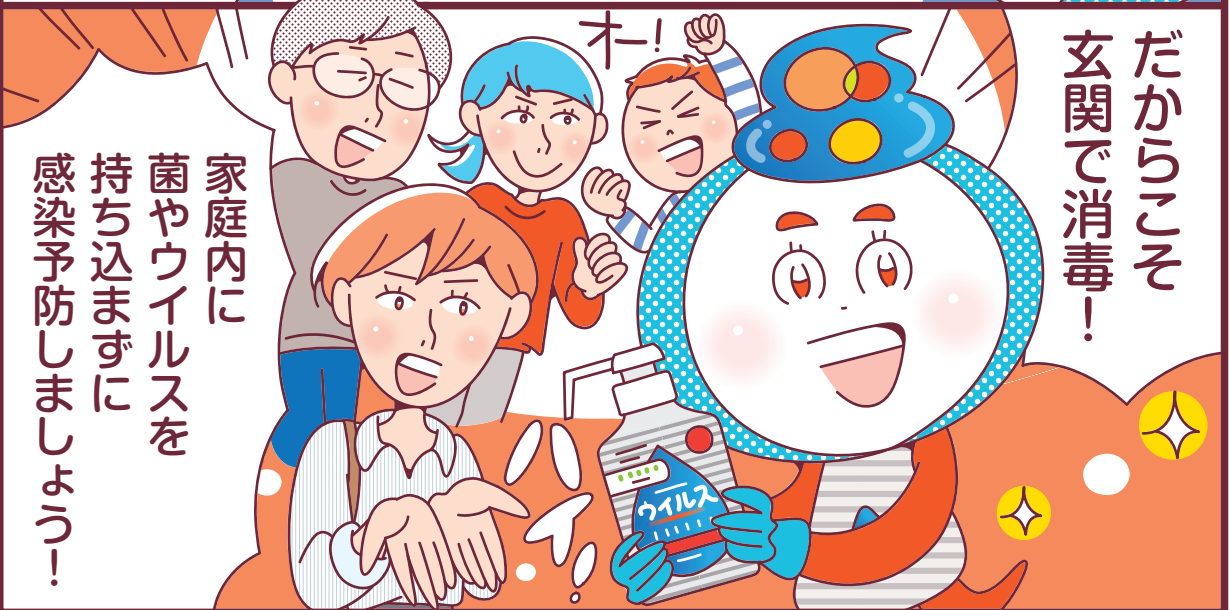


※参考：公益社団法人日本小児科学会「COVID-19日本国内における小児症例」(2021年3月15日アクセス)  
[https://www.coreregistry.jp/CoreRegistry\\_COVID19\\_CRF\\_Dashboard/Home/DashBoardviewer](https://www.coreregistry.jp/CoreRegistry_COVID19_CRF_Dashboard/Home/DashBoardviewer)  
※先行感染者(不明)は含まれていません

図でわかるように  
感染経路が特定できた  
子どもの8割は  
家庭内で感染している  
ようなのです…



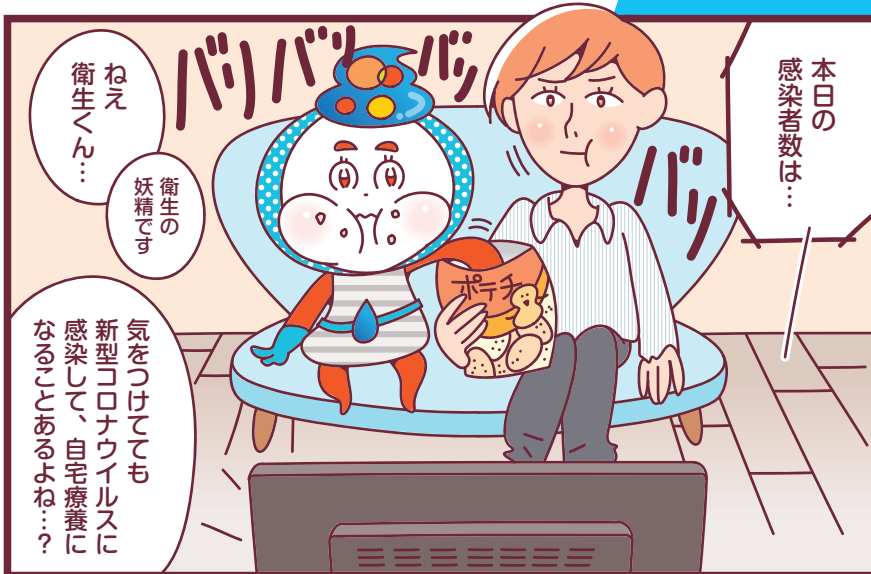
現在人の世界では  
やっかいなウイルスが  
蔓延しているとか…



だからこそ  
玄関で消毒！

家庭内に  
菌やウイルスを  
持ち込まずに  
感染予防しましょう！

# 新型コロナウイルスに感染し 自宅療養することになったら？



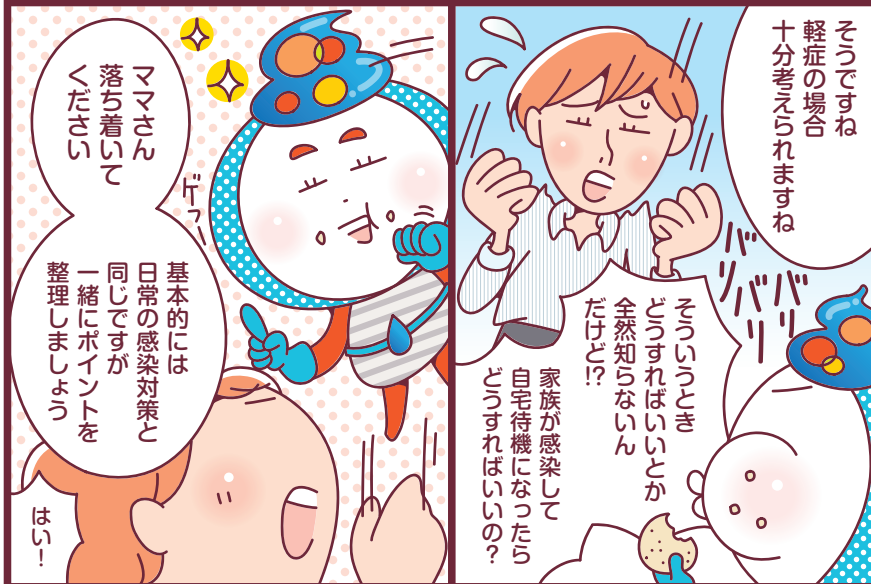
本日の  
感染者数は…

バリバリ

ねえ  
衛生くん…

衛生の  
妖精です

気をつけてても  
新型コロナウイルスに  
感染して、自宅療養に  
なることがあるよね…？



そうですね  
軽症の場合  
十分考えられますね

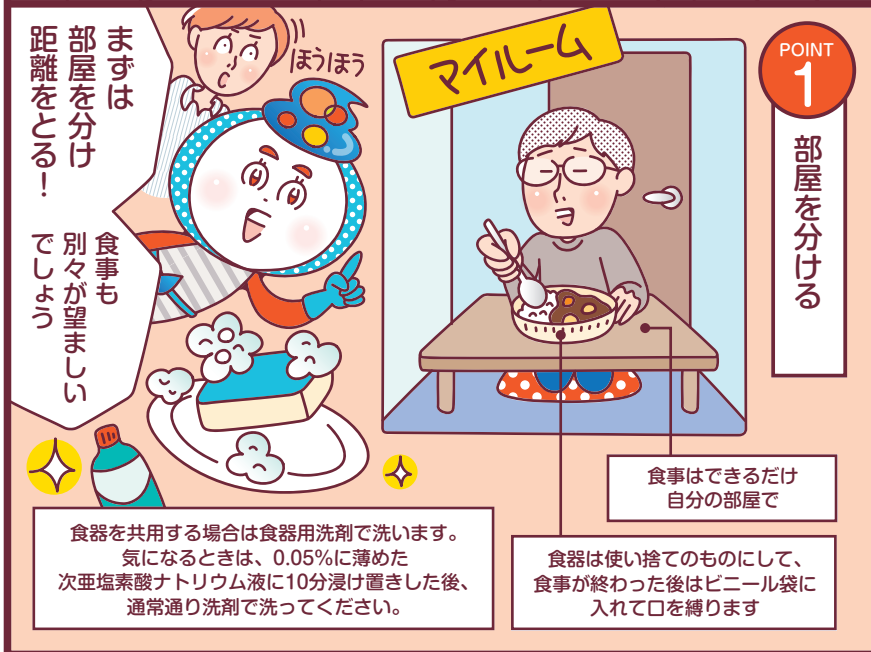
ママさん  
落ち着いて  
ください

基本的には  
日常の感染対策と  
同じですが  
一緒にポイントを  
整理しましょう

はい！

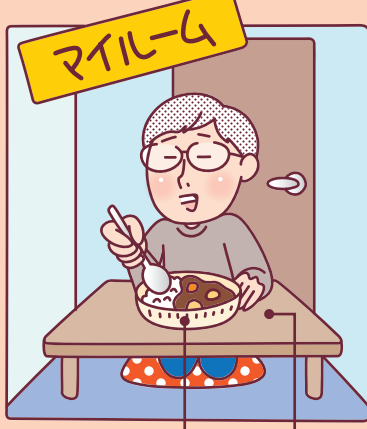
そういうとき  
どうすればいいか  
全然知らないん  
だけど！

家族が感染して  
自宅待機になったら  
どうすればいいの？



まずは  
部屋を分け  
距離をとる！

食事も  
別々が望ましい  
でしょう



POINT  
1

部屋を分ける

食事はできるだけ  
自分の部屋で

食器を共用する場合は食器用洗剤で洗います。  
気になるときは、0.05%に薄めた  
次亜塩素酸ナトリウム液に10分浸け置きした後、  
通常通り洗剤で洗ってください。

食器は使い捨てのものにして、  
食事が終わった後はビニール袋に  
入れて口を縛ります

POINT 2 感染者のお世話はできるだけ限られた人がする

POINT 3 感染者、世話をする人ともにマスクを着用する

POINT 4 感染者、世話をする人は、小まめに手を洗う

これらも日常の延長ではないでしょうか  
手洗い・マスク、接触人数を減らす取り組みです

家族でのタオルの共用は避けましょう!

マスクもった

担当

POINT 5 日中はできるだけ換気をする

POINT 6 手のよく触れる共用部分をそうじ・消毒する

POINT 7 汚れたリネン、衣服の洗濯

POINT 8 コミは密閉して捨てる

1時間に1回 5~10分程度!

今やっていることをしっかりやれば大丈夫そうだな気がしてきた...

対角線に窓を開け 空気の流れを作ると効率よし!

密閉!

スイッチ

ドアノブ

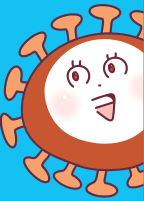
なみほど!!

離れて住む家族などの対応の目安は こちらの表を参考にしてくださいね!

	🚗 普通どおりの対応	📞 介助者、ケアマネジャーに相談	🏥 医療機関受診を考慮	🏥 早めの医療機関受診	🚑 緊急の対応(救急車など)
対象者の様子 いつもと比べて					
介護者の 接触頻度	普段と変わらない	何となく元気がない	咳や微熱が出てきた	明らかに普段と違う	意識がおかしい
いつも一緒にいる					
1日1回は会う					
2~3日に1回は会う					
数日以上会わない					

平成30年度厚生労働行政推進調査事業 地域医療基盤開発推進研究事業「救急医療の推進に関する研究」  
地域包括ケアにおける救急医療と在宅医療の連携について (分担研究者 横田裕行)

# 新型コロナウイルスとは？



新型コロナウイルス…

……

瞬間に世界に広がり  
人類を恐怖のどん底に  
叩き落とした  
危険なウイルス…

おや？ 新型コロナ  
ウイルスに興味か  
あるんですか？

ヒエヒエ  
衛生くん  
思考読まないで！

敵を知り  
己を知れば  
百戦危うからずと  
言いますし

今回特別に  
新型コロナウイルス  
ご自身に自己紹介して  
いただきますよ

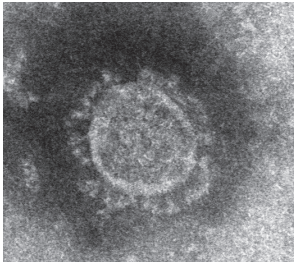
よう

イヤアア

ちよつとー！  
家に持ち込んじや  
いけないヤツ  
なんでしょ!?

学習用パーチャル  
モデルなので  
問題ありません  
そんな  
うし組み  
あるんだ

♥ステキなおれたち♥



イヤさ、これまでも  
おれの仲間の  
「コロナウイルス」は  
普通にいたんだよ

? コロナウイルスとは

人や動物の間で広く感染症を引き起こすウイルスで、  
これまで一般的な風邪症状を起こす4種類と、  
深刻な呼吸器疾患を引き起こすことがある  
2種類が知られていました。

参照：国立感染症研究所HP

おう坊主  
よく見つけたな！  
それがコロナウイルスの  
特徴さ

へえ…表面に  
突起みたいなのが  
あるんだね

そして！  
今回新たに見つかった  
おれこそが無敵の  
新型コロナウイルス



本名: SARS-CoV-2

そしておれによる感染症が  
「新型コロナウイルス感染症  
(COVID-19)」と  
いうわけさ！  
ひれ伏せ人間！

**エンベロープウイルス**

エンベロープ(脂質性の膜)  
アルコール

核酸 (DNA or RNA)  
カプシド (タンパク質の殻)

アルコールが膜を壊して  
ウイルスにダメージを与える

代表的なウイルス

- 新型コロナウイルス
- 風疹ウイルス
- インフルエンザウイルス
- エイズウイルス
- B型やC型肝炎ウイルス
- ヘルペスウイルス

**ノンエンベロープウイルス**

アルコール

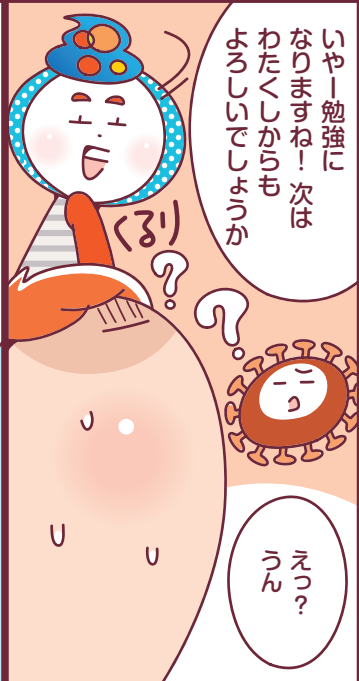
核酸 (DNA or RNA)  
カプシド (タンパク質の殻)

膜がなく  
一般的なアルコールの  
ダメージを受けにくい

代表的なウイルス

- ノロウイルス
- ポリオウイルス
- ロタウイルス
- アデノウイルス

ウイルスはその構造から  
「エンベロープウイルス」と  
「ノンエンベロープウイルス」に  
分けられます



いやー勉強に  
なりますね！次は  
わたくしからも  
よろしいでしょうか

えっ？  
うん？

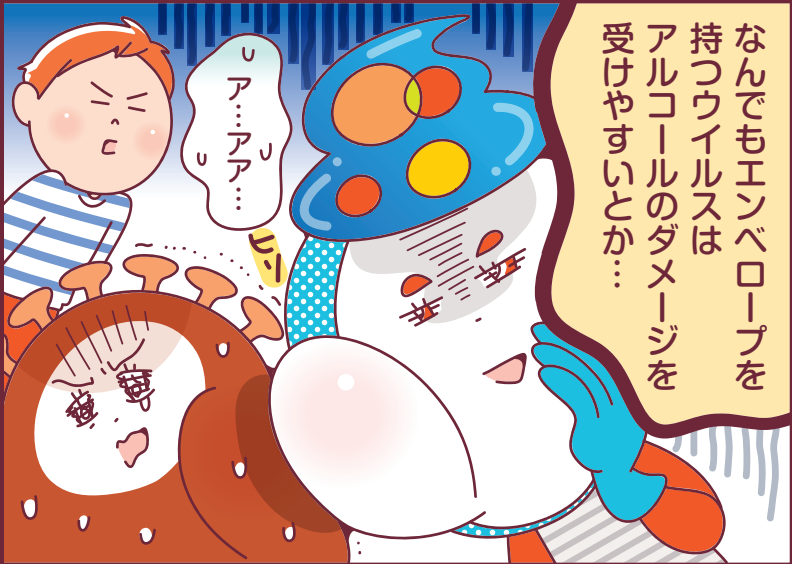


エンベロープとは  
脂質からできている  
膜なんですけど、  
確か新型コロナ  
ウイルスさんも  
お持ちでしたよね

ギョ



アルコールによる  
消毒は新型コロナ  
ウイルス感染対策として  
大変有効なのですよ



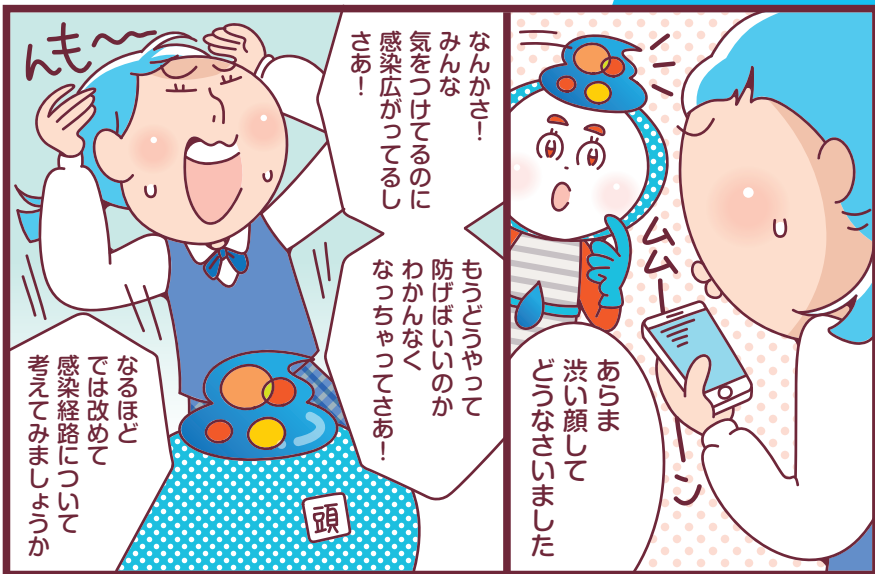
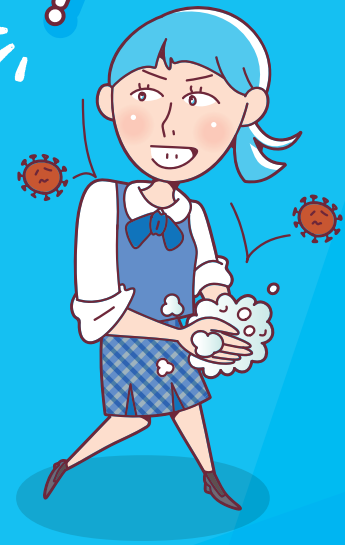
なんでもエンベロープを  
持つウイルスは  
アルコールのダメージを  
受けやすいとか…

アルコール  
いやあああ！

ア…アア…



# 感染を拡大させないため、 主な感染経路を考えましょう！



## 飛沫感染

咳、くしゃみ、会話などの時に口や鼻から出た病原体を含むしぶき（飛沫）を吸い込むことによって起こる感染。



## エアロゾル感染

咳、くしゃみ、会話などの際に口や鼻から出た飛沫が乾燥して飛沫核となり、長時間空中を浮遊し、それを吸い込むことにより起こる感染。



飛沫核病原体を含む飛沫が乾燥したおれは軽いから長時間フワフワ浮いているのさ

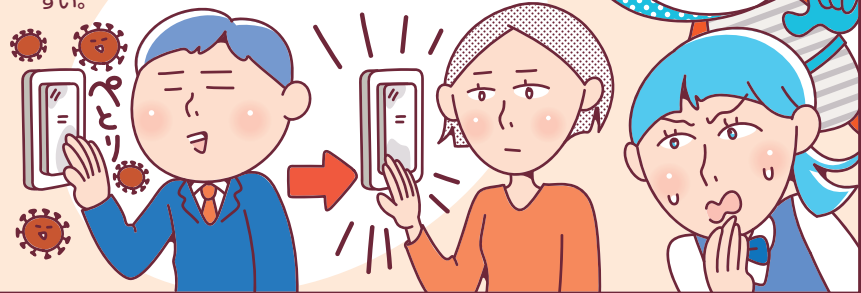
エアロゾルくん

新型コロナウイルス  
ウィルス感染症の  
主な感染経路は  
飛沫感染と  
接触感染の2つ

それに加えて  
エアロゾル感染なども  
考えられていますね

## 接触感染

病原体で汚染された手指・物に触れることによって起こる感染。手洗いや環境の清掃が不十分である場合に起こりやすい。





逆に言えば  
この2つの経路を断てば  
感染が避けられます



手洗い消毒



マスク



元々!!

経路を断つには  
飛沫感染を防ぐ  
「マスク」「換気」

接触感染を防ぐ  
「手指衛生」が  
重要です

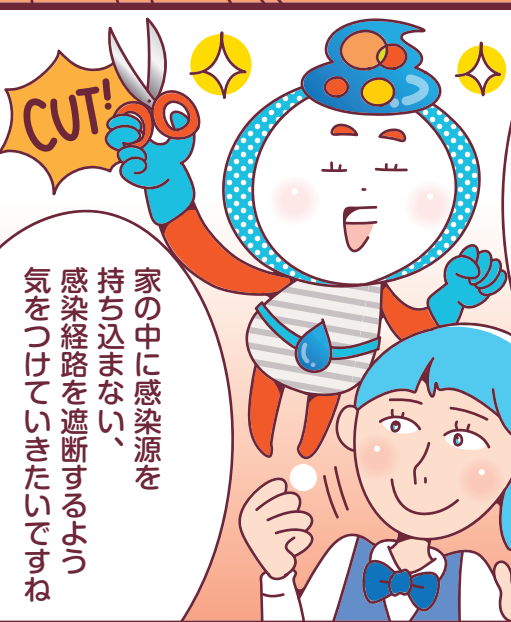


CUT!



手洗い消毒

高齢者や  
基礎疾患のある人は  
感染症にかかりやすいので

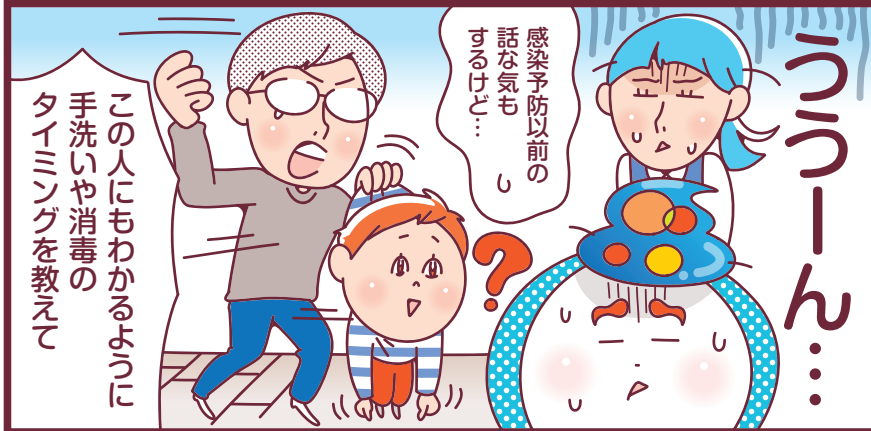


家の中に感染源を  
持ち込まない、  
感染経路を遮断するよう  
気をつけていきたいですね

そのハサミも  
消毒して  
るよね?



# 手指衛生のタイミングと 集団感染を防ぐ行動



## 手指衛生のタイミング



食事の  
前後



トイレの後



病気の人の  
ケアをした時



多くの人が  
触れるものに  
触った時

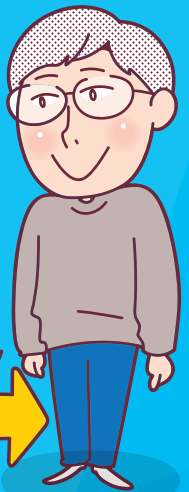


咳やくしゃみ、  
鼻をかんだ時

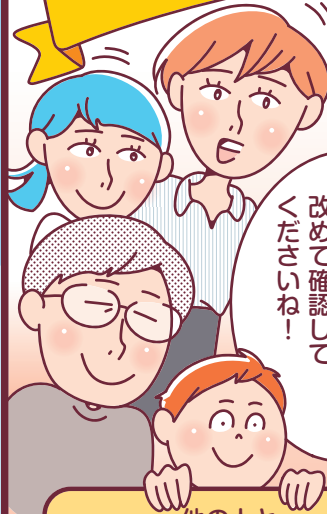


外から  
戻った時

このタイミングはもちろん  
こまめな手洗いと消毒で  
清潔を保ちましょう  
近くに水道がない時や  
手に目に見える有機的な汚れが  
ない場合はアルコール消毒  
だけでもOKです

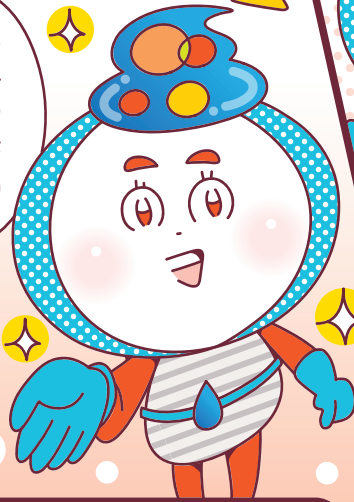


# 集団感染を防ぐ行動



よく言われていることですが、  
思いますか

人との距離をあける、  
会食は避けるなど  
改めて確認して  
くださいね！

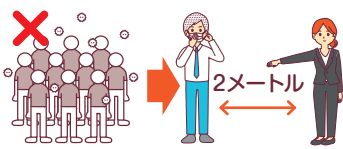


ところでみなさんずっと  
家にいるわけではなく  
会社や学校にも  
行かれますよね

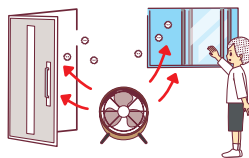
集団感染を防ぐ  
行動についても  
お話ししましょう

助かる!!

他の人と  
十分な距離を取る！



窓やドアを開け  
こまめに換気を！



屋外でも密集するような  
運動は避けましょう！

少人数の散歩やジョギングなどは  
大丈夫



飲食店でも  
距離を取りましょう！

- ・多人数での会食は避ける
- ・隣と一つ飛ばしに座る
- ・互い違いに座る

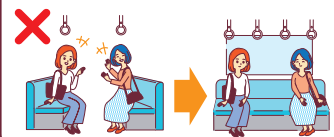


会話をするときは  
マスクをつけましょう！

5分間の会話は  
1回の咳と同じ



電車やエレベーターでは  
会話を慎みましょう！



抜粋：厚生労働省 <https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000623146.pdf>

教わったとおり  
タオルで手を拭く  
ところから頑張る...



ありがとう  
衛生くん...

そこについては  
なにも話して  
ないですけどね？

マスクや換気、  
改めて確認できて  
感染対策に  
自信が出てきたね！

基本の対策を  
徹底することが  
大事ですね



ありがとう  
衛生くん...

衛生くんのおかげで  
玄関消毒も  
習慣になったし

衛生の  
妖精です

