

1.日頃からできる感染予防対策

皆さまはお仕事柄、高齢者の方・基礎疾患をお持ちの方・ワクチン接種ができない小さなお子様連れなど不特定多数の方と接触されています

ワクチンを接種されていても、新型コロナウイルス感染症に感染することがあります
無症状のまま知らないうちに感染する・感染させてしまう可能性があることをご理解いただき
日頃の感染予防対策について引き続き慎重な対応をよろしくお願いいたします

飛沫が見える！？

飛沫がどのように飛び、ウイルスが広がるのか目に見えないのでイメージしにくいかもしれません
下記のURLは飛沫の飛び方やウイルスの広がり方を可視化できるようになっています
飛沫等の「富岳」による研究動画 理化学研究所 計算科学研究センター
<https://www.r-ccs.riken.jp/fugaku/history/corona/projects/tsubokura/>



2.勤務中・更衣中・出退勤時もマスクは正しく着用しましょう

・隙間がないように密着させ、鼻・顎がしっかりおおわれるように正しく着用しましょう
※鼻マスク・顎マスクは感染症対策として効果がありません



○マスクの種類別効果○(飛沫のカット量)

| 種類 | 不織布 | 布 | ウレタン | フェイスシールド | マウスシールド |
|------|-----|--------|--------|----------|---------|
| 吐き出し | 80% | 66~82% | 50% | 20% | 10% |
| 吸い込み | 70% | 30~45% | 30~40% | 効果なし | |

3.正しい消毒方法を実施しましょう

○1回量の消毒液を手に擦り込むように使用しましょう

NG：手を振り乾燥させると効果がありません

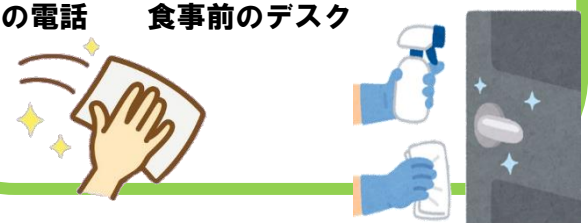


○消毒場所と頻度

手指：何かに触れる前に消毒しましょう
モノ：客や従業員がよく触れる場所はこまめに消毒をしましょう
※スプレーで吹きかけるだけでなく、ふき取りも行いましょう※

(消毒する場所の例)

ビニールカーテン パーテーション
ドアノブ
電気やエレベーターのスイッチ
共有の電話 食事前のデスク



○消毒液の濃度

※消毒液の作り置きや継ぎ足しは効果を低減させてしまうので注意しましょう※

アルコール：70%以上

次亜塩素酸ナトリウム：下記表を参照

| | | |
|-------|-------------|-----------------------|
| 花王 | ハイター | 水1Lに対し 25ml(付属キャップ1杯) |
| | キッチンハイター | 水1Lに対し 25ml(付属キャップ1杯) |
| カネヨ石鹼 | カネヨブリーチ | 水1Lに対し 10ml(付属キャップ半分) |
| | カネヨキッチンブリーチ | 水1Lに対し 10ml(付属キャップ半分) |
| ミツエイ | ブリーチ | 水1Lに対し 10ml(付属キャップ半分) |
| | キッチンブリーチ | 水1Lに対し 10ml(付属キャップ半分) |

※厚生労働省 <https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000645359.pdf> 参照

4.三密を避け、距離を保ちましょう

- 土曜・日曜・祝日など混雑が予想される場合は入場者数の調整をする
- CO2 濃度を参考に空調調整、換気をおこなう
- 利用者に対し、館内放送にてマスク着用の徹底、入店時の検温と手指消毒、密集しないよう周知



5.黙食の実施、不必要な会話は避けましょう

- 休憩中の飲食時、メイク直し等、マスクを外す場面では感染のリスクが大きいことを意識する
- 飲食時は黙食を徹底
- 飲食、メイク直しはできるだけ短時間での利用を心がける



6.毎日、自身の体調をチェックしましょう

※感染を拡大させないためには、日頃から自身の体調確認をしっかりと行い、少しでも普段と違う体の変化に気づいた時には、すぐに医療機関へ受診しましょう

体調がすぐれない時には無理に出勤せず 病院へ受診をしましょう

- 37.5℃以上の発熱
- のどの痛みや違和感
- 頭痛や筋肉痛がある
- 咳や痰がでている
- 体がだるい
- においや味が感じにくい
- 食欲がない・腹痛・下痢
- 普段と違う体の変化がある



症状がある時にはまずはかかりつけ医に相談しましょう。

かかりつけ医がない場合には大阪市民の方は大阪市の受診相談センターに相談を【大阪市新型コロナ受診相談センター】(TEL06-6647-0641)

大阪市外の方はお住いの相談窓口にご相談ください