経済再開に伴う感染拡大予防注意点

ベイラー医科大学
Baylor St. Luke‘s Medical Center
感染症内科 Assistant Professor
福田由梨子

【免責事項】
こちらの講演内容は情報提供を目的に作成しています。講師は資料作成にはできる限り正確に記載するよう努めていますが、その正確性、完全性を保証するものではありません。また、主にアメリカでの推奨をもとに資料は作成されておりますので、一部日本での推奨と異なる部分があります。万一、本講演、資料で提供した内容に関連して、利用者が不利益を被る事態が生じたとしても、講師は一切の責任を負いかねますので、ご了承ください。講演内容、資料は個人の見解であり各講師が所属する組織の見解ではありません。資料、見解は2020年6月14日時点の情報に基づくものです。

Q&A 経済再開全般について

- **経済再開、規制緩和はどのようにして決まるのですか？**

  新規患者数、病院の状況、経済状況などを含めた政治的判断

- **規制緩和のスピードは速過ぎですか？大丈夫ですか？**

  速過ぎかもしれません

- NY**などで再び爆発的な感染者増の可能性はありますか？**

  Social Distancing が守られなければ、可能性はあります

以前のような自由なビジネス活動はいつできるのでしょうか?

- 時間がかかると思います
- 新しい生活様式 (new normal)に慣れましょう

従業員の新型コロナウィルス感染症検査

- **再開前に従業員全員に検査を一度するのは意味がありますか？**

  意味はありません

- **職場でPCR、抗体検査などを実施するのは現実的ですか？効果的ですか？**

  効果的ではありません

- **症状のある人、濃厚接触者は検査すべき！**

Q&A 職場の環境整備

- 参照サイト：Harris County

  https://publichealth.harriscountytx.gov/Resources/2019-Novel-Coronavirus

- Social distancingの徹底

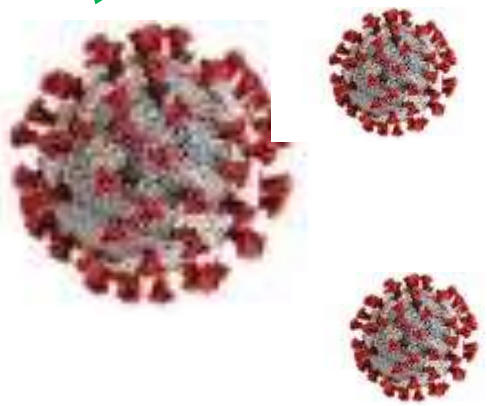
  パーティション、共通スペース

- マスク原則着用
- 換気 (窓を開ける、空調(HVAC)、エアフィルター))

共通スペース

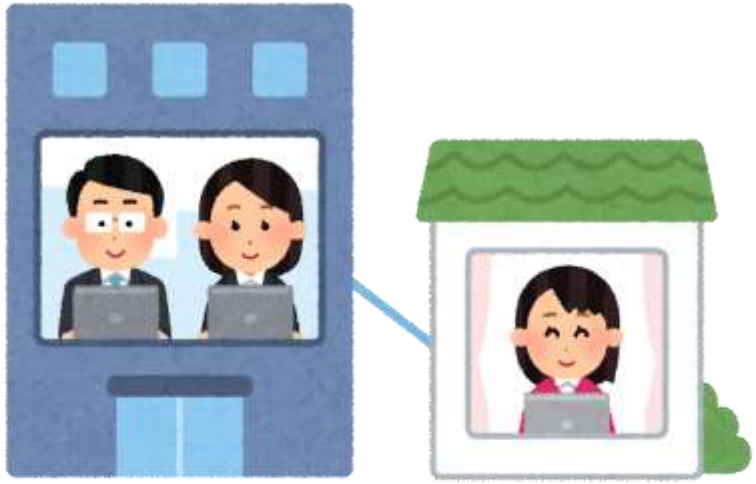
Q&A

表面でどれくらい
生き延びるのかな？



SURFACE	EXAMPLES	TIME
Metal	*Doorknobs, Jewelry, Silverware*	**5 Days**
Glass	*Drinking glasses, Mirrors, Windows*	*up to* **5 Days**
Ceramics	*Dishes, Pottery, Mugs*	**5 Days**
Paper	*Newspaper, Magazines*	*up to* **5 Days**
Wood	*Furniture, Decking*	**4 Days**
Plastics	*Milk bottles, Bus seats, Elevator buttons*	**2-3 Days**
Stainless Steel	*Refrigerators, Pots/pans, Sinks, Water bottles*	**2-3 Days**
Cardboard	*Shipping boxes*	**1 Day**
Aluminum	*Soda cans, Tinfoil, Water bottles*	**2-8 Hours**
Copper	*Pennies, Teakettles, Cookware*	**4 Hours**
Food/Water	*Doesn't seem to spread through food, and has not been found in water.*	

Q&A 従業員に対して



- テレワーク継続
- 時間をずらして通勤、仕事
- 従業員の健康状態スクリーニング

  体温 症状チェック（✖ パルスオキシメーター）
- オンライン会議継続、ミーティングは10人以内
- 各自のブースを割り当てる
- 来客、出張の制限

体調管理シート（1week）

Q&A 個人が気をつけること

- 体調が悪い時は休む
- 他人のパソコン、電話、机を使用しない
- 自分のブース
- 手洗いのタイミング
  - 仕事開始、終わり
  - 自分のブースに帰ってきたら
  - 鼻をかんだ後、咳くしゃみをした後
  - トイレの後
  - 食事の準備をする前、食べる前
  - マスク着用前後、触った後

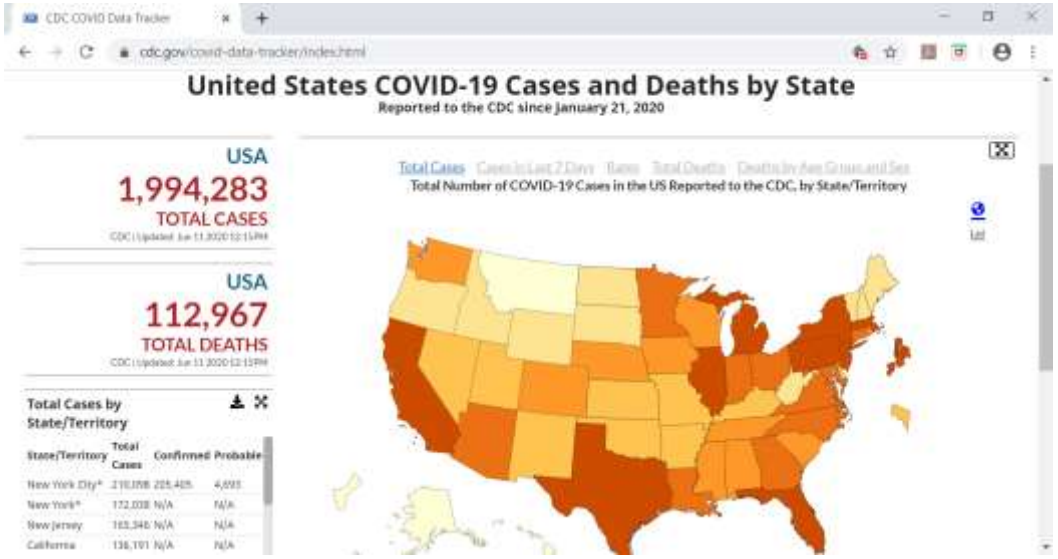
Q&A 通勤で感染しませんか？

- 通勤前後の着替えは？　不要です
- 相乗り（カープール）
  - 斜め後ろの席に乗る
  - 窓をあける　外気導入
  - マスク、乗り降り前後で手洗い
- 公共交通機関
  - 混んだスペース、時間を避けて
  - なるべく手すり、窓は触らない
  - マスク、乗り降り前後で手洗い

Q&A 出張は行っても大丈夫ですか？

- 感染の可能性↑：移動中、宿泊場所、人
- 本当に行く必要があるのか？
- 家族、同居人にハイリスク者はいないのか？
- 感染状況: CDC COVID data tracker

  https://www.cdc.gov/covid-data-tracker/



- 移動中：social distancing/ 手洗い/ マスク
- 宿泊先、レストラン
- 帰宅後の自宅待機(国、州、市、勤務先)

- 他都市医療機関情報：ヒューストン日本商工会

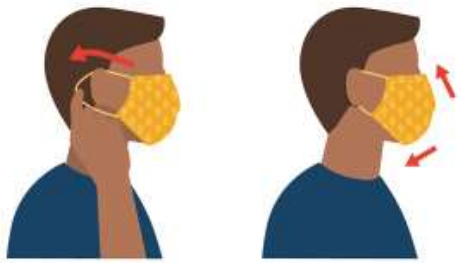
  https://www.jbahouston.org/

Q&A レストランは行っても大丈夫？

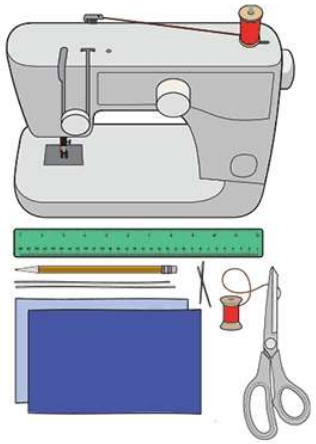
- 感染の可能性↑：social distancing/ マスク難しい、飛沫感染
- レストラン側の対応：テーブル間の間隔、使い捨てのメニュー等
- 従業員の感染で一時的に閉じているレストランあり
- 本当に行きたいのか？付き合い？
- 行くと決めたら、
  - 少人数
  - 換気のいい場所
  - バッフェ、シェアは避ける
  - 長居は避ける

どんな布マスクがいいですか？

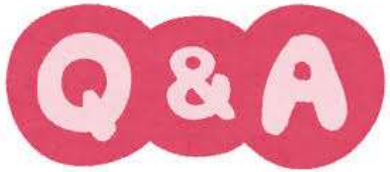
- Social Distancingが保てないところでは、着用を強く推奨
- マスクの付け外し前後も手洗い！
- 鼻・口が隠れればよい。
- 耳にかけるゴムタイプが落ちにくい



- 布の素材良し悪し：
  シフォン生地 Chiffon fabric？？
  着け心地のいい洗濯のできる生地
- 涼しいマスク/ 素材：
  夏用パジャマ/ 甚平に使う生地
  ハンカチ、ガーゼ



- https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/diy-cloth-face-coverings.html



従業員が新型コロナウィルス感染症にかかったら？

- 疑わしき症状→速やかに帰宅、検査

- 従業員の感染確定
  - 本人 (**プライバシー尊重、加害者でなく病人です**)
    72時間以上症状なく、最初の症状から10日間経過したら職場復帰可
  - 濃厚接触者（6フィート以内に10分以上いた、体液がかかった）
    帰宅し、14日間自宅待機
  - 職場の消毒
    可能なら24時間経ってから
- 複数の感染者が発生した場合は保健所に連絡を。

- https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/organizations/businesses-employers.html

Q&A ストレス、不安にどう対応しよう？
→まず、自分と向き合ってみよう。

生活全般に関するストレス

- 感染するのではないか？
- 日々の変化についていけない
- やりたいことができない
- 一人暮らし：人が恋しい
- 同居人がいる：一人の時間が欲しい
- 自己達成感がない、存在意義が見いだせない

仕事に関するストレス

- 先が見えない不安
- 収入減、失業
- 働き方が変わった
  - オンライン会議が増えた
  - 成果主義
- テレワークと子育ての両立
- 同僚、上司、部下との人間関係

一つずつ乗り越えていこう

- 不安になるのは当たり前
- テレビ、ネットはほどほどに
- 感染への過度の心配をやめる
- 規則正しい生活、バランスのとれた食事、運動
- 気分転換、今だからやりたいこと
- 子供のストレス対処：国立成育医療研究センター
  https://www.ncchd.go.jp/news/2020/20200410.html
- 人との交流、一人の時間

- いいことを探そう (positive thinking)
- 仕事（臨機応変対処能力、コミュニケーション能力、コンピュータースキルなど）
- 周りの人を助ける
- ボランティア: Volunteer Houston https://volunteerhouston.org/
  Houston foodbank https://www.houstonfoodbank.org/
- ホットライン:COVID-19 support line https://theharriscenter.org/COVID-19-Support-Line-and-Resources