

新型コロナウイルスから
皆さんの安全を守るために

統合幕僚監部

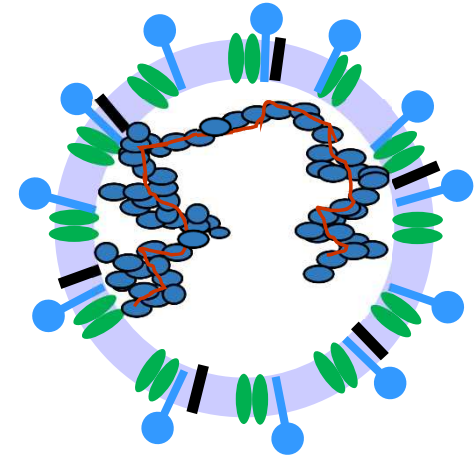
目 次

1	コロナウイルスの概要	P 2 ～ P 9
2	消毒について	P 1 0 ～ P 2 5
3	ゾーニングの基礎	P 2 6 ～ P 2 9
4	手袋・マスクの脱ぎ方について	P 3 0 ～ P 3 3
	【補足】ガウン等を使用する場合	P 3 4 ～ P 4 0

1 コロナウイルスの概要

コロナウイルス Corona virus

- ・ ニドウイルス目コロナウイルス科の
ウイルスのこと
- ・ RNAウイルス
- ・ エンベロープ(膜構造)を持つ



ヒトコロナウイルス HCoV(普通の風邪)

- ・ HCoV-220E, HCoV-NL63, etc...
- ・ 通称「**風邪**」の起因ウイルスの一つ
- ・ 冬に流行しやすい
- ・ 初感染は6歳以下が多い
- ・ 感染経路は接触, 飛沫感染
- ・ 2～4日の潜伏期間



SARSコロナウイルス

- ・ **SARS**の起因ウイルス
- ・ キクガシラコウモリが宿主
- ・ **致死率約10%**（多くは糖尿病等の基礎疾患有）
- ・ 感染者の年齢（中央値）は40歳
- ・ 子供はほとんど感染、重症化しない
- ・ 感染経路は接触感染、飛沫感染
- ・ 2～10日の潜伏期間

MERSコロナウイルス

- ・ **MERS**の起因ウイルス
- ・ **ヒトコブラクダ**が宿主
- ・ **致死率約30%**（多くは糖尿病等の基礎疾患有）
- ・ 感染者の年齢（中央値）は52歳
- ・ 子供はほとんど感染、重症化しない
- ・ 感染経路は接触感染、飛沫感染
- ・ 2～14日の潜伏期間

新型コロナウイルス

- 今回問題の肺炎 “COVID-19” の起因ウイルス
- 国内の致死率約1.5% (50代以下0.06%)、重症化率約1.6% (年齢差有り)
- 感染経路は接触感染、飛沫感染
- 1～14日の潜伏期間
- 各国でワクチン※を接種中 (日本では令和3年2月17日から接種開始)
※ファイザー社、モデルナ社及びアストラゼネカ社のワクチンが国内承認済み
- 国内承認済みの治療薬は、「レムデシビル」、「デキサメタゾン」、「バリシチニブ」
- ウイルスの新たな変異株に今後も警戒を強めていく必要

感染対策

- 手指や生活用品の消毒には消毒薬、界面活性剤（石鹼など）が有効
- マスク、咳エチケット、3密を避けること
- ソーシャルディスタンスの徹底が必要
- 十分な食事と休息の着意が必要

感染対策

感染者等の隔離

状況に応じた適切な防護の実施・定期的な換気



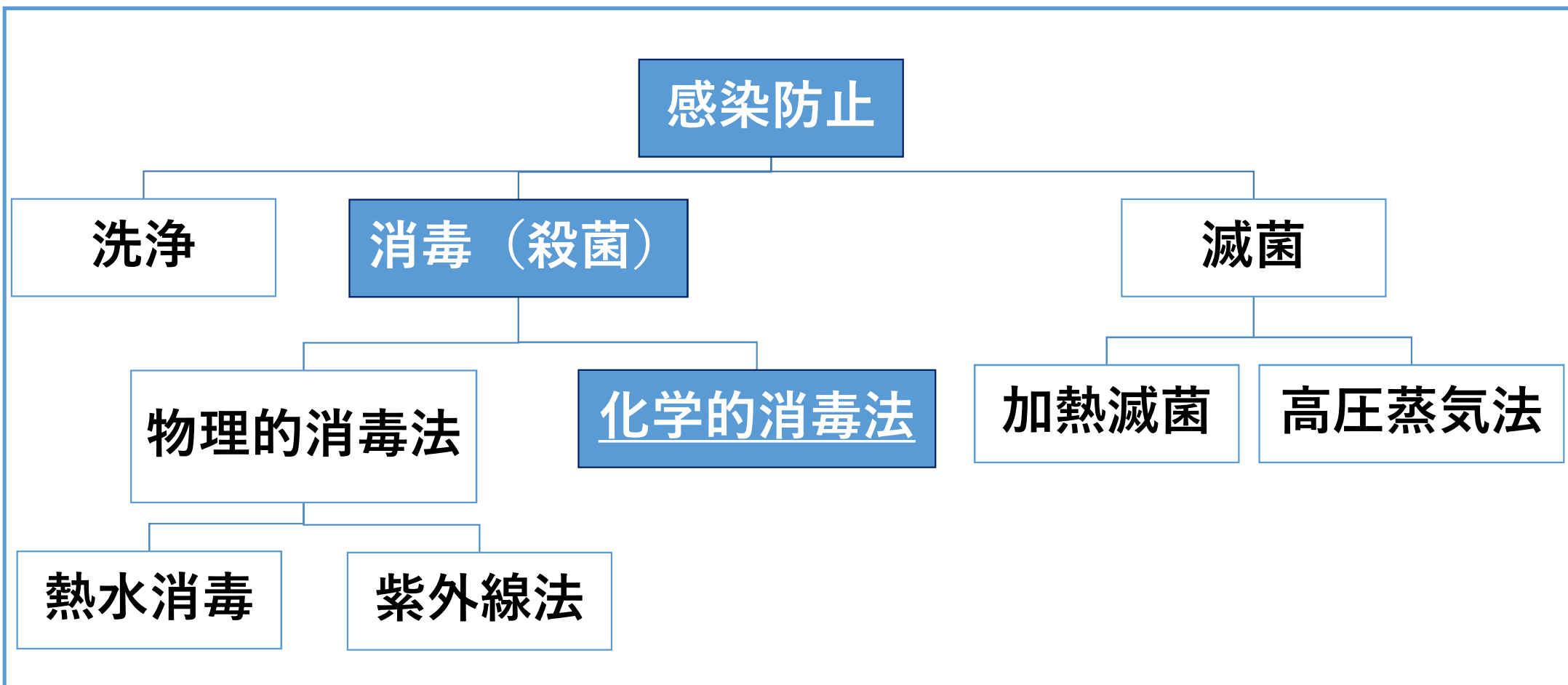
2 消毒について

消毒とは何か

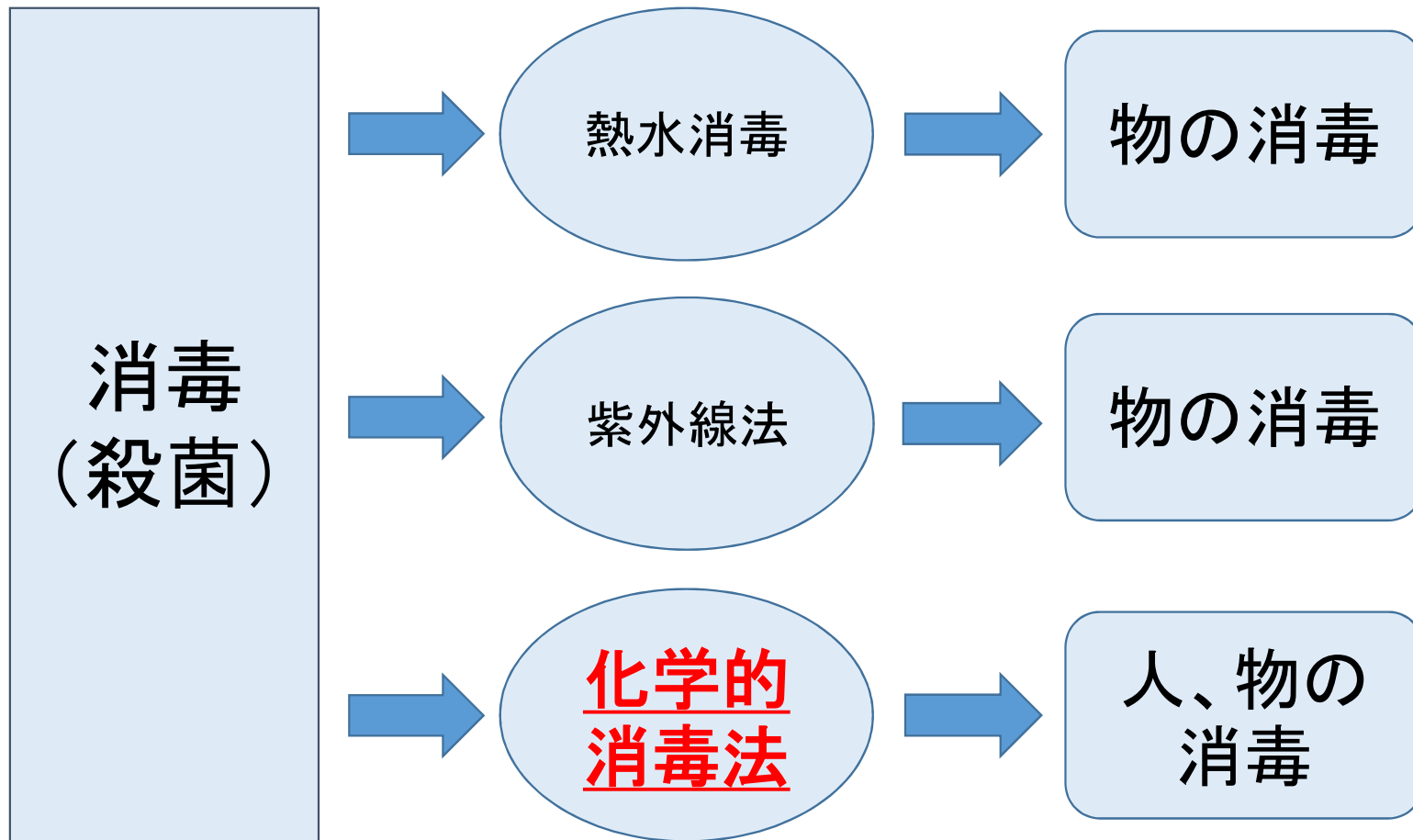
病原菌(体)を殺し感染を防止すること

無菌または感染を起こす菌が存在しない状態

感染防止



消毒（殺菌）の方法



化学的消毒法

気体や液体の消毒剤を使用して、
微生物の構成成分を変質させて
殺菌する方法

消毒用エタノール

消毒用エタノール

使用

可能： 手指など、服など物全般、壁など環境etc...

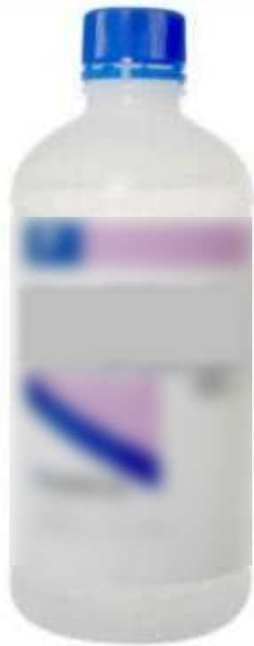
不可： 傷口や眼球、粘膜、革製品etc...

効果

殆どの細菌、インフルエンザウイルス、コロナウイルスetc...

消毒用エタノール

調製方法



手指・物の消毒用に
無水エタノール：水 = 8 : 2

次亜塩素酸ナトリウム

次亜塩素酸ナトリウム

使用

可能： 衣服など物全般、壁などの環境etc...

不可： 人体には×、金属△

効果

殆どの細菌、ノロウイルス、インフルエンザウイルス、
コロナウイルスetc...

0. 05%次亜塩素酸ナトリウム液

500mlの洗ったペットボトルに

5%次亜塩素酸(※市販に多い→)なら、
5ml入れてから水で500mlに薄める

1%次亜塩素酸なら、
25ml入れてから水で500mlに薄める



0. 05%次亜塩素酸ナトリウム液

ドアノブ、手すり、受話器、パソコンなどの
共用する場所を、手袋をして拭き取る。

拭いた後に水拭きをする（特に金属）。

水以外の液体と混ぜないこと。換気を忘れずに！

物の消毒に極めて有効！

亜塩素酸水

亜塩素酸水

使用

可能： 衣服など物全般、壁などの環境etc...

不可： 人体は未評価、金属△

効果

殆どの細菌、ノロウイルス、インフルエンザウイルス、
コロナウイルスetc...

亜塩素酸水の希釈液の作り方

1Lの洗ったペットボトルに

遊離塩素濃度：200ppm(200mg/L)の亜塩素酸水なら、
125ml入れてから水で1Lに薄める

＝遊離塩素濃度25ppm(25mg/L)亜塩素酸水

遊離塩素濃度：200ppm(200mg/L)の亜塩素酸水なら、
500ml入れてから水で1Lに薄める

＝遊離塩素濃度100ppm(100mg/L)亜塩素酸水
(排泄物・おう吐物等の処理後の消毒・殺菌)



亜塩素酸水

有機物が多く存在する環境下での 物の消毒に極めて有効！

ドアノブ、手すり、受話器、パソコンなどの
共用する場所を、拭き取り、水気を取って乾燥させる。

（残液や残臭が気になる場合には、水拭きをする。）

水以外の液体と混ぜないこと。換気を忘れずに！

3 ゾーニングの基礎

ゾーニングとは

一定のエリアを、
非清潔区域と**清潔区域**に
分類すること。

● **非清潔区域**：帰国者・陽性患者が立
入る場所又は使用した
物が置いてある場所

清潔区域： 上記以外の場所

●ゾーニングに基づいた適切な**動線管理**や**物品の管理**を行うことで、感染予防となる。

●境界線は、**テープ**や**衝立**、**表示板**などでわかりやすく明示する。

※ 区分けが困難な場合は、**行動統制**により処置

ゾーニング(清潔・準清潔エリアの区分け)状況



その他

- 各階のエレベータの前に、アルコール設置
(特に、エレベータのスイッチ)
- 入口のドア、客室内の窓を頻繁に開放 (換気)
(最低でも 1 時間に 5 ～ 10 分)
- 作業前、作業後には**手指の消毒**
- ガウン等の**ゴミは溜めない** (ゴミ袋は 2 重に)
- 清潔**と**非清潔**部の**動線を交差させない**

ゾーニング

汚染を**清潔区域**に持ち込まない

動線確保

汚染を広げない

4 手袋・マスクの脱ぎ方について

手袋・マスク脱衣方法（特に重要）



① 手袋を脱ぐ。

* 内側（清潔部分）に触れないように注意する。



② 脱いだ手袋の内側部分でもう片方の手袋を脱ぐ。

手袋・マスク脱衣方法（特に重要）



③ 感染性廃棄物入れには距離を保って捨てる。



④ マスクを脱ぐ前に手指消毒をする。

手袋・マスク脱衣方法（特に重要）



- ⑤ マスクのゴム部分をもってマスクを外す。
* マスク本体（不潔扱い）には触れないよう注意する。



- ⑥ 手袋と同様に距離を保って捨てる。

【補足】 ガウン等を使用する場合

ガウン・手袋・マスク装着方法



- ① 手袋・マスク・ガウン・手指消毒用アルコール・感染性廃棄物入れ（ビニール袋）



- ② 手指消毒実施
*最後までプッシュし、たっぷりのアルコールで揉みこむ

ガウン・手袋・マスク装着方法



③－１ ガウンを着る。



③－２ 介助者に後ろを留めてもらう。
(首元のマジックテープ)



③－３ 後ろのひもも同様に
結んでもらう。

ガウン・手袋・マスク装着方法



④－１ マスクを装着する。



④－２ マスクを鼻の形に合わせてフィットさせる。

ガウン・手袋・マスク装着方法



⑤ - 1 手袋を装着する。



⑤ - 2 ガウンの袖が手袋の下になるようにする。



完了！

ガウン脱衣方法（特に重要）

介助者がいる場合



① 手指消毒をする。



極力不潔部分に
触れないこと

介助者は必ず
後ろからアプローチ！

② 介助者に首元のマジックテープを
はずしてもらう。

ガウン脱衣方法（特に重要）

介助者がいる場合



③－１ 介助者はガウンの外側をつかんで脱がせる。



③－２ 介助者は内側（清潔部分）に触れないように注意する。

ガウン脱衣方法（特に重要）

介助者がいない場合



- ②' ガウンの後ろ
（マジックテープ、紐）をはずす。
＊ 首に触れないようにする。



- ③' ガウンの外側をつかんで
引っ張りながら脱ぐ。

原 案：陸上自衛隊
監 修：陸上幕僚監部

初版 令和2年4月13日
改訂 令和3年6月 4日