

COVID-19: 家庭内の感染対策

広島市立北部医療センター—安佐市民病院

感染対策チーム（ICT） 森合 真治

2023年8月17日

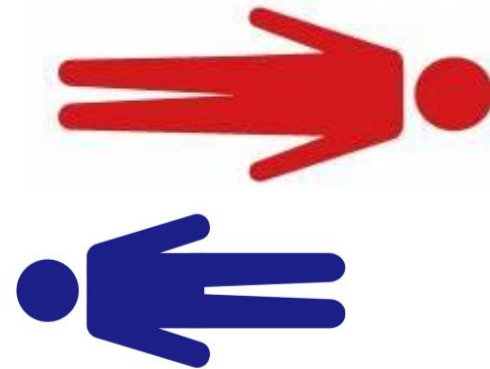
感染者と他の同居者の部屋を可能な限り分ける

- ・感染者が療養する部屋と他の家族がいる部屋をできるだけ分ける
- ・窓があるなど、換気の良い個室とする
- ・感染者は極力部屋から出ないようにする
- ・感染者の行動を制限し、共有場所（トイレ、風呂場など）の利用を最小限にする
- ・感染者が最後に入浴する
- ・換気を十分に行う



小さなお子さんがある、部屋数が少ないため、部屋を分けることができない場合

- ・ 感染者から可能な限り2 m以上の距離を保つことや、仕切りやカーテンなどを設置
- ・ 可能な限り食事、眠るときも別室にする
- ・ 同じ部屋で寝るときは、頭が向き合うように枕の位置をそろえて並んで寝るのではなく、互い違いにする
- ・ 窓を開るなど、可能な限り密室にしない
- ・ マスクの着用



感染者の世話をする人は、できるだけ限られた方にする

- ・感染者の身の回りの世話がが必要な場合、世話する家族に、感染する可能性があるため、可能な限り一人に決めておいた方がよい
- ・心臓、肺、腎臓に持病のある人、糖尿病の人、免疫の低下した人、乳幼児、妊婦等の方はなるべく避ける



できるだけ全員がマスクを使用する



- ・家庭内でも感染者、家族の両方がマスクを着用する
- ・マスクを外す際には、ゴムやひもをつまんで外し、マスクの表面には触れずに廃棄
- ・マスクを外した後は必ず石鹸で手を洗う（アルコール手指消毒剤も有効）
- ・マスクが分泌物で濡れたり汚れたりした場合は、新しい清潔なマスクと交換する

こまめに手洗いをする

- ・ウイルスのついた手で目や鼻、口などを触ると粘膜・結膜を通して感染する事がある
- ・家族はこまめに石鹸を用いた手洗いもしくはアルコール消毒をする



タオル、衣類、食器、トイレ、お風呂、取っ手、ドアノブなどの共用する部分を洗淨、消毒する

- ・ タオルや食器、箸、スプーン等などを共用しない
- ・ トイレや風呂場は、家庭用の掃除用洗剤で清掃後は換気する
- ・ タオル、衣類、食器、箸・スプーンなどは、通常の洗濯や洗淨を行うまたは使い捨ての紙皿を使用する
- ・ 洗淨後は天日干しをするなど、しっかり乾燥させる
- ・ 食器は食洗機、衣類は乾燥器の使用も有効である
- ・ ドアの取っ手やノブ、ベッド柵など感染者が接触した場所は、0.05%の次亜塩素酸ナトリウム（薄めた漂白剤）またはアルコールで拭く
- ・ トイレや洗面所の清掃をこまめに行う

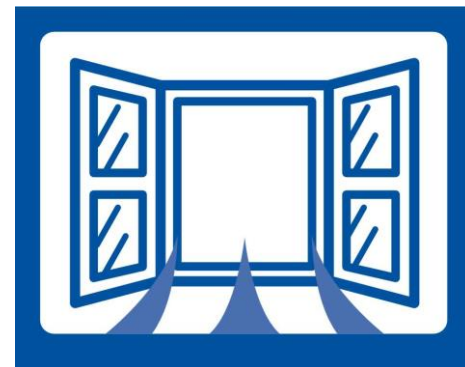


ゴミは密閉して捨てる

- ・ 鼻をかんだティッシュなどはビニール袋に入れ、室外に出すときは密閉して捨てる
- ・ その後は直ちに手洗いを行う

日中はできるだけ換気をする

- ・ 感染者のいる部屋は定期的に換気する
- ・ 他の家族がいる部屋も換気する
- ・ エアコンなどの空調や換気扇をまわしたり、日中に窓を開ける



車の乗車

- ・ 感染者や感染の疑いのある人は後部座席に座り、距離を置く
- ・ 乗車中は窓を2か所以上、開けて換気する
- ・ 同乗者は全員マスクを着用する



厚生労働省：資料



家族が新型コロナウイルスに 感染した時に注意したいこと



1. 部屋を分ける



個室にしましょう!
部屋を分けられない場合は、2m以上の距離を保ったり、仕切りやカーテンの設置などをおすすめします。

2. 窓を開けて換気



定期的に換気しましょう。
共用スペースや他の部屋も窓を開けっ放しにするなど換気しましょう。

3. マスクを着用



マスクを隙間なくフィットさせ、正しく着用しましょう。

外す時は表面に触れないように紐部分を持ち、外した後は手洗いを。

4. こまめな手洗い 手で触れる部分を消毒



・こまめに石鹸で手洗いし、アルコール消毒しましょう。
・ドアの取っ手、ベッド柵、トイレ、洗面台など**共用部分を消毒**しましょう。

※新型コロナウイルスの消毒・除菌方法につきましては、「新型コロナウイルスの消毒・除菌方法について*1」を御参照ください。

5. 汚れたリネン・ 洋服を洗濯



汚れた衣服やリネンは、手袋とマスクを着用し、一般的な家庭用洗剤で洗濯し完全に乾かしてください。

6. ゴミは密閉して 捨てましょう



鼻をかんだティッシュ等は、すぐにビニール袋に入れ、**室外に出すときは密閉して捨ててください。**手洗いも忘れずに。

☑お世話は出来る限り、限られた方で対応しましょう。

心臓、肺、肝臓に持病のある方、糖尿病の方、免疫の低下した方、妊婦の方などが感染者のお世話をするのは避けて下さい。

☑療養者は外出を避けて下さい。療養期間中は感染を広めてしまう可能性があります。

☑ご家族、同居されている方も熱を測るなど健康観察をし、 外出は避け、体調不良時は、登校や出勤をお控えください。

ゼロ密を目指す、こまめな手洗い、正しいマスクの着用を徹底しましょう



お子さまが新型コロナウイルスに 感染した際の対応について



☑お子さんの観察ポイント

・ご機嫌、食欲、顔色、呼吸のようすなどを観察してください。ご機嫌がよく、食欲があり、顔色が普通であれば基本的に心配りません。

・意識がはっきりしない、機嫌が悪い、食欲が低下している、水分がとれない、顔色が悪い、息苦しそう、嘔吐を繰り返すなどの場合は担当保健所、またはかかりつけ医に早めにご相談ください。

1. 窓を開けて換気

定期的に換気をしましょう。
共用スペースや他の部屋も頻繁に換気を行いましょう。



2. 可能な範囲で部屋を分ける

可能な範囲で部屋を分けましょう。
部屋を分けられない場合は、仕切りやカーテンなどで工夫するなど、接触する時間をなるべく短くするよう心がけましょう。

3. 可能な範囲でマスクを着用

児童本人を含め、同居家族全員はできるだけマスクを着用しましょう。
ただし、2歳未満のお子さまへのマスクの着用は、息が詰まるなどの危険があるのでやめましょう。



4. こまめな手洗い・幅広い消毒

こまめに石鹸で手洗いし頻繁に触れるものは消毒しましょう。
テーブルや椅子、ドア、テレビやエアコンのリモコン、トイレ(便座など)、おもちゃ、文房具などは幅広く消毒しましょう。

5. 洗濯・掃除

着衣の交換・洗濯、清掃等を徹底しましょう。
洗濯は通常の洗剤を用い、特別な対応は不要です。



6. ゴミは密閉して捨てましょう

室外に出すときは密閉して捨てましょう。
鼻をかんだティッシュ等は、すぐに2重のビニル袋で密閉し捨てましょう。手洗いも忘れずに。



☑お世話は出来る限り、限られた方で対応しましょう。

・自らの体調管理、体調不良の意思表示が十分にできないことに留意し、健康状態のチェックを入念に行いましょう。

☑お世話をする方が感染した場合について。

・お子さまのお世話に関して相談したい場合は、自治体、保健所などに御連絡ください。

ゼロ密を目指す、こまめな手洗い、正しいマスクの着用を徹底しましょう

