一般社団法人 京都府薬剤師会
≪薬局向け 新型コロナウイルス 感染防止対策≫

令和2年8月7日 発行

１．小まめに手洗い・手指消毒を行い、咳エチケットを守りましょう。

新型コロナウイルスは、石けんと流水による手洗い、アルコール（エタノール濃度70%以上95%以下（厚生労働省HP））による手指消毒の両者が有効です。帰宅後、食事前、トイレの後などで小まめに手洗い、手指消毒を行いましょう。また咳・くしゃみをする際に、マスクやティッシュ・ハンカチ、袖を使って、必ず口や鼻をおさえましょう。もし手でおさえることになった場合は、何も触らず、すぐに手洗いをし消毒をしましょう。

２．クラスター（感染者集団）が発生しやすい場所に立ち入らない、多人数での会食はしないようにしましょう。

クラスターが発生しやすい場所とは、至近距離での会話機会が多い接客を伴う飲食店、カラオケ、パーティー、ライブハウスなど、換気の悪い密閉空間，多数が集まる密集場所，間近で会話や発話をする密接場面となるところです。その他、濃厚接触※となるような行動は控えましょう。

３．人との間隔は、できる限り２m（最低１m）空けるようにしましょう（ソーシャル・ディスタンスを保つ）。

感染者の口からでた新型コロナウイルスを含む飛沫核は、２mより手前の距離で落下するか、水分が乾燥することで感染力を失うと考えられています。ソーシャル・ディスタンスが２mとされているのはこのためです。

４．職場では常にマスクを着用し、屋外でも人との間隔が十分にとれないときはマスクを着用しましょう。（ユニバーサル・マスキング）

感染した人の５０～８０%は無症状であり、無症状の感染者からもうつる可能性があります。今後は、無症状の感染者がどこにいてもおかしくない状況が続きます。一方、新型コロナウイルスは、たった一つのウイルスを吸い込んだだけで、浴びただけでうつってしまうわけではありません。人の免疫で処理しきれない量の曝露を短時間に受けた場合にうつります。目安として、感染した人とお互いにマスクをつけずに１m以内で１５分以上「会話」をしているとうつる可能性があります（１～２分の会話ではうつりません。感染者が近くを通り過ぎただけでうつるものではありません）。お互いにマスクをつけていれば、１m以内で１５分以上会話をしていても感染を防ぐことができる[※1]と考えられています。人との間隔が十分にとれないときは、常にマスクをつけるようにしましょう（ユニバーサル・マスキング）[※2]。患者さん、利用者さんと接する場面ではサージカルマスクを使用、それ以外の場面ではサージカルマスク、布マスク等のいずれも OK です。

・※１(一社)日本環境感染学会「医療機関における新型コロナウイルス感染症への対応ガイド2020年5月7日」より

・※２疾病管理予防センターが発行する疫学週報（MMWR)より

５．薬局で 処方薬交付・ＯＴＣをカウンター越し販売する際には、ビニールカーテンやアクリル板を設置しましょう。また必要に応じてマスクの着用に加えて目の防護もしましょう。

マスクをしていない無症状の感染者と１m以内で１５分以上の会話をしてしまった場合、こちらがマスクをつけているだけで眼の防護をしていなければ感染を防ぎきれないと考えられており、濃厚接触者として就業制限の対象となります。目の前にいつそのような人が現われても大丈夫であるように、処方薬交付や在宅訪問の場面ではマスクに加えて、目の防護具（アイシールド、ゴーグル、粉塵防護用メガネや花粉症用メガネ等）も準備しておきましょう。

６．不用意に目、鼻、口を触らないようにしましょう。

新型コロナウイルスは、物の表面で最長7日後まで感染力を持つウイルスが存在したと報告されています。新型コロナウイルスが付着したドアノブや手すり、机、スイッチなどを触れた後、その手で目、鼻、口を触った場合、感染してしまう可能性があります。日常生活の中で不用意に目、鼻、口を触らないように、ご自身の行動を変えていく必要があります。目、鼻、口に触れるのであれば、必ずその前に手洗い・手指消毒をしましょう。

７．職場では飲食時の会話を控えましょう。会話を楽しむ時は、マスクを着用してからにしましょう。

自分が知らないうちに感染していて無症状のとき、飲食中の会話で相手にうつしてしまうことがあります。自分だけは大丈夫とは考えずに、他の人にうつさないためにも、職場では飲食中の会話はお控えください。会話を楽しむときは、お互いにマスクを着用しましょう。それに伴い、施設や休憩室や食堂の環境を見直すことも大切です。食卓や椅子の間隔を２メートルほど離すとか、向かい合って食事を取らない椅子の配置にする等です。

また休憩に入る時間が重ならないローテーションの工夫も必要です。お互いにマスクを着用しましょう。

８．職場では人がよく触れる箇所（ドアノブ、手すり、机など）を定期的に清拭消毒しましょう（１日２回等）。

職場では、手すりやドアノブなど、人がよく触れる箇所を定期的に清拭消毒しましょう。
アルコール：濃度70%以上95%以下、次亜塩素酸ナトリウム溶液：濃度 0.05%、
なお、食器洗い用洗剤等に含まれる界面活性剤等が新型コロナウイルスに対して有効と判断されました。
直鎖アルキルベンゼンスルホン酸ナトリウム（0.1%以上）アルキルグリコシド（0.1%以上）
アルキルアミンオキシド（0.05%以上）塩化ベンザルコニウム（0.05%以上）塩化ベンゼトニウム（0.05%以上）
塩化ジアルキルジメチルアンモニウム（0.01%以上）ポリオキシエチレンアルキルエーテル（0.2%以上）
純石けん分（脂肪酸カリウム）（0.24%以上）純石けん分（脂肪酸ナトリウム）（0.22%以上）
（出典：独立行政法人製品評価技術基盤機構（NITE）、厚生労働省）
＜使用方法＞有効な界面活性剤が含まれた家庭用洗剤を選びます。
①家具用洗剤の場合、製品記載の使用方法に従ってそのまま使用します。
②台所用洗剤の場合、薄めて使用します。
（有効な界面活性剤を含む洗剤のリストや、洗剤の使い方を、NITEウェブサイトで公開しています。）

９．部屋の換気を心がけましょう。（常時開口部の20%を開放すると換気が保たれます。）

換気の悪い湿気の多い部屋では、ウイルスがなかなか乾燥せずにしばらく部屋の中を漂うことがあると考えられています。ウイルスの乾燥を促し、ウイルスの量を希釈するためにも、可能な範囲で換気を行いましょう。常時全ての開口部の20%を開放しておくと、冷暖房が利いたまま換気が出来ます。

（出典：「学校における温熱・空気環境に関する現状の問題点と対策－子供たちが健康で快適に学習できる環境づくりのために－」日本建築学会、2015 年 3 月）

１０．毎日出勤前に体温測定を行い、発熱時は出勤を控えましょう。

毎日出勤前に体温を測定してください。37度以上の発熱または熱がなくても咽頭痛や咳、鼻閉、鼻汁などの風邪様症状があれば、出勤を控え所属長に連絡し症状が消失するまで自宅療養するなど復帰時期を相談してください。
(COVID-19に典型的な症状があればかかりつけ医あるいは最寄りの相談センターへ連絡し指示を仰いでください。)

１１．家族ぐるみで感染対策に取り組みましょう。

自分が感染対策をしっかり行っていても、ご家族の誰かが不十分であると、ご家族から感染してしまうことがあります。できる限り、ご家族の皆様にも感染対策の必要性をご説明し、ご協力をお願いしてください。

１２．感染リスクはどこにでも潜んでいます。自分の行動を常に意識しましょう。

自分が感染してしまった場合、周りに及ぼす影響は甚大です。日常と違う行動、濃厚接触が疑われる行動をされた場合は、感染が発覚した際に速やかな対策がとれるように自身の行動の記録をつける習慣をつけましょう。

１３．新型コロナウイルス接触確認アプリを活用しましょう。

厚生労働省は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、新型コロナウイルス接触確認アプリ（COCOA）を開発しました。このアプリは、新型コロナウイルス感染症の感染者と接触した可能性について、通知を受け取ることができる、スマートフォンアプリです。自分をまもり大切な人をまもり地域と社会をまもるために、接触確認アプリ（COCOA）を活用しましょう。詳細につきましては、厚生労働省のウェブサイトをご確認ください。

また、京都府でも、緊急連絡サービスアプリ（こことろ）を開始しています。このアプリは、店舗等の利用者から感染者が確認された場合に、同時刻に居合わせた利用者に対して注意喚起メールが送信されますので、COCOA と併用して活用しましょう。詳細につきましては、京都府のウェブサイトをご確認ください。

＊濃厚接触とは、（参考例として）　　**（出典：国立感染症研究所感染症疫学センター：令和2年4月20日版）**

・手で触れることの出来る距離（目安として１メートル以内）で、適切な個人防護具を使用せず一定時間（目安として15分以上）の接触があった場合

・患者の気道分泌物もしくは体液等の汚染物質に直接触れた可能性が高い場合

・「患者（確定例）」の感染可能期間に接触した者のうち、次の範囲に該当する者
　患者（確定例）と同居あるいは長時間の接触（車内、航空機内等を含む）があった者
　適切な感染防護なしに患者（確定例）を診察、看護もしくは介護していた者
　患者（確定例）の気道分泌液もしくは体液等の汚染物質に直接触れた可能性が高い者

・その他：手で触れることの出来る距離（目安として1メートル）で、必要な感染予防策なしで「患者（確定例）」と15分以上の接触があった者（周辺の環境や接触の状況等個々の状況から患者の感染性を総合的に判断する）