

新型コロナウイルス 職場の対策

新型コロナウイルス感染症防止対策による外出自粛要請等は、今後緩和され、段階的に社会経済の活動レベルを上げていくことが見込まれますが、「三つの密」を徹底的に避ける、手洗いや人と人の距離の確保を行うなどの基本的な感染対策を継続するという、感染拡大を予防する生活様式が普及されることが前提となっています。まん延防止の観点から、引き続き次のような対策を講じましょう。

1 換気の徹底等

- ・ 1時間に2回程度、窓を全開にして換気をしましょう。
- ・ 職場の建物が機械喚起の場合には、ビル管理法令の空気環境の基準が満たされていることを確認しましょう。

2 接触感染の防止

- ・ 電話やパソコンなどの物品は複数人での共用をできる限り避けましょう。
- ・ 事業所内で労働者が触れることがある物品等はこまめに消毒をしましょう。
- ・ せっけんによるこまめな手洗いをしましょう。併せて湯沸室やトイレに手洗いの実施について掲示しましょう。
- ・ 外来者等には、感染防止措置への協力を要請しましょう。



3 飛沫感染の防止

- ・ 咳エチケットを守りましょう。
- ・ 風通しの悪い空間や人が至近距離で会話する環境は感染リスクが高いため、規模の大小にかかわらず、換気を行って風通しの悪い空間を作らない等の工夫をしましょう。
- ・ 事務所や作業場では、人と人との間に十分な距離を保持（1メートル以上）しましょう。また、会話や発声時には、特に間隔（2メートル以上）を空けましょう。
- ・ テレビ会議、電話、電子メール等を活用して、人が集まる形での会議等をできるだけ避けましょう。
- ・ 外来者、顧客・取引先等との対面での接触や、これが避けられない場合は、距離（2メートル以上）を取りましょう。また、業務の性質上、対人距離等の確保が困難な場合は、マスクを着用しましょう。
- ・ 社員食堂での感染防止のため、座席数を減らす、昼休み等の休憩時間に幅を持たせて利用者の集中を避けるなどの措置を講じましょう。



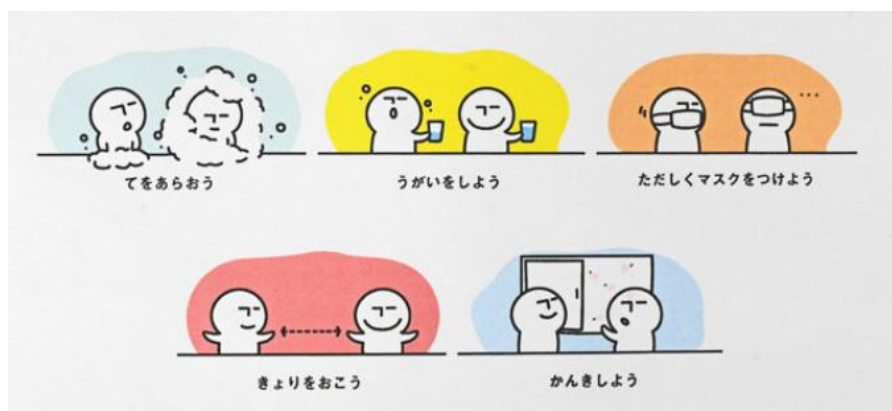
4 一般的な健康確保措置の徹底等

- ・ 疲労の蓄積（易感染性）につながるおそれがある長時間の時間外労働等を避けましょう。
- ・ 一人一人が十分な栄養摂取と睡眠の確保を心がけるなど健康管理を行いましょう。
- ・ 職場において、労働者の日々の健康状態の把握に配慮しましょう。（例：出勤前や入社時等に体温測定を行うなど風邪の症状含め体調を確認する等）



5 通勤・外勤等に関する感染防止行動の徹底

- ・ 出社・帰宅時、飲食前の手洗いや手指のアルコール消毒を徹底しましょう。
- ・ 咳エチケットを徹底しましょう。
- ・ 多くの方が公共交通機関に集中することを避ける、職場内の労働者の密度を下げる等の観点から、時差通勤のほか、可能な場合には公共機関を利用しない方法（自転車通勤、徒歩通勤等）の活用を図りましょう。あわせて、適切な労働時間管理、超過勤務の抑制にも留意しましょう。
- ・ 通勤時、外勤時の移動においては、電車等の車内換気に協力しましょう。
- ・ 通勤時、外勤時の移動で、電車、バス、タクシー等を利用する場合には、不必要な会話等は抑制しましょう。
- ・ 出張による移動を減らすため、テレビ会議等を活用しましょう。
- ・ 職場や通勤・外勤での感染防止のための在宅勤務・テレワークを活用しましょう。
- ・ 感染の恐れがある労働者が勤務を継続できるよう、在宅勤務・テレワークを活用しましょう。



「職場における新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するためのチェックリスト」
をご活用ください。



独立行政法人労働者健康安全機構

徳島産業保健総合支援センター

770-0847 徳島市幸町3丁目6-1 徳島県医師会館3F

TEL 088-656-0330

FAX 088-656-0550

(2020年5月)