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　Ｐ１０～Ｐ２１

３　ゾーニングの基礎　Ｐ２２～Ｐ２５

４　手袋・マスクの脱ぎ方について　Ｐ２６～Ｐ２９

【補足】ガウン等を使用する場合　Ｐ３０～Ｐ３７

１　コロナウイルスの概要

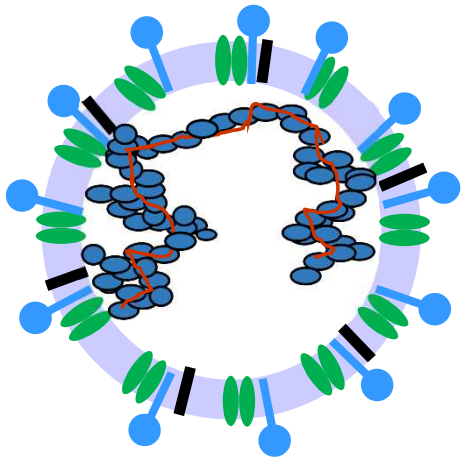
コロナウイルス　Corona virus

・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）
- 感染者の年齢は40歳（中央値）
- 子供はほとんど感染，重症化しない
- 接触，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）
- 感染者の年齢は52歳（中央値）
- 子供はほとんど感染，重症化しない
- 接触，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

・致死率は約2～3%、重症化率約20%

（地域、年齢差有り）

・SARSの累計感染者数，死亡者数を突破

・接触感染，飛沫感染により感染

・潜伏期間は2～10日と言われている

・ワクチン未開発、根本的な治療薬なし（対症療法のみ）

※2020年3月現在

感染対策

- 手指や生活用品の消毒には消毒薬、界面活性剤（石鹸など）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シングの徹底が必要
- 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

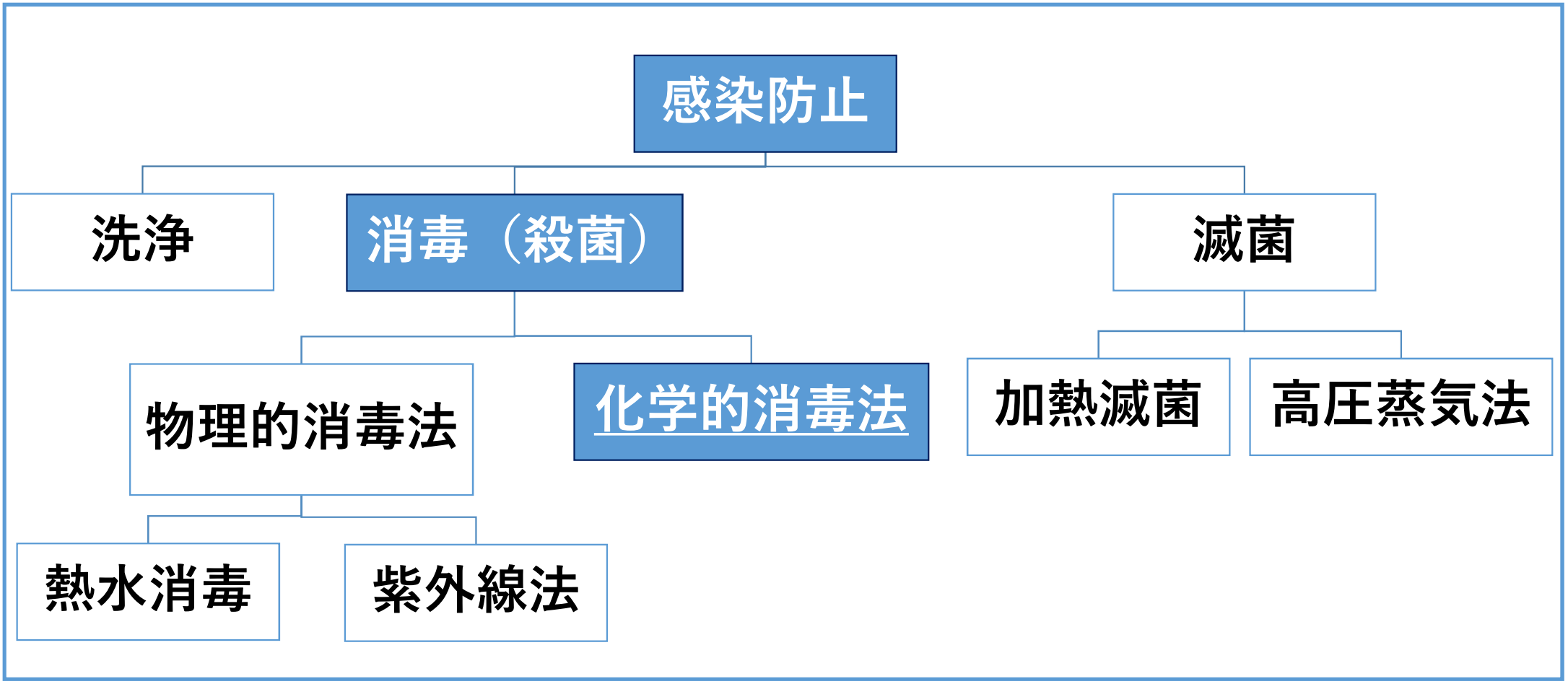
２　消毒について

消毒とは何か

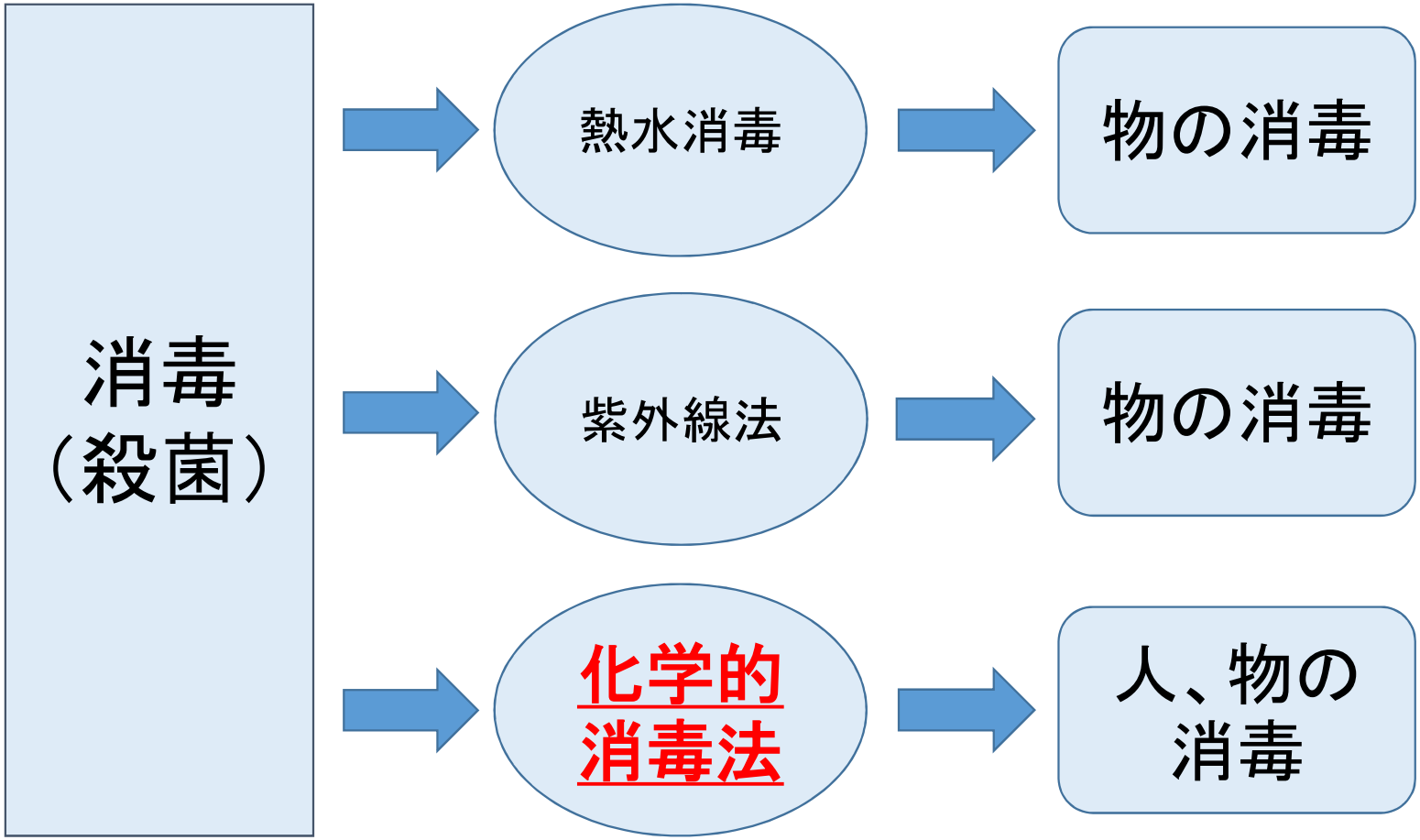
病原菌（体）を殺し感染を防止すること

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、コロナウイルスetc…

０．０５％次亜塩素酸ナトリウム

500ccの洗ったペットボトルに

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

１％次亜塩素酸なら、
　25cc入れてから水で500ccに薄める

０．０５％次亜塩素酸ナトリウム

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！

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。

ゾーニング（清潔・準清潔エリアの区分け）状況

※　区分けが困難な場合は、行動統制により処置

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。

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。

資料作成：陸上自衛隊東部方面衛生隊
監　　修：陸上幕僚監部

初版　令和２年４月１３日