



日本環境衛生安全機構

2020年12月16日  
第4回JEHSA勉強会

# JEHSAガイドライン案について： 飲食店・宿泊施設対策を中心に

越智 小枝

東京慈恵会医科大学 臨床検査医学講座

日本環境衛生安全機構 専門家委員会 委員

※この公園は下記のガイドラインに基づいて説明しています

[ガイドライン | 一般社団法人 日本環境衛生安全機構 \(jehso.org\)](https://jehso.org/guideline/)

<https://jehso.org/guideline/>

## ガイドライン案の作成手順

- 自治体等でまとめられている既存のガイドラインの項目を収集
- 各項目につき、以下の点から専門家によるレビュー
  - 科学的エビデンスの高さ
  - 優先度の高さ
  - 新型コロナウイルス対策に該当するか否か
  - 実現可能性
- 専門家委員会による修正・承認

まずは評価軸について策定・現場での実現可能性について要検証

## 本日の勉強会の目的

- ガイドライン案の説明
- ガイドラインから削除した項目例を説明
- 分かりにくい点・実現困難な点につき来場の方からご意見をいただく
- さらにブラッシュアップした上でパブコメを募集する

ガイドラインは常に改良の余地があります！

# ガイドラインの特徴：コロナ対策10か条

## 新型コロナウイルス感染対策10か条

1	人との距離はなるべく空けましょう。(1m以上)
2	マスクは鼻までかけましょう。
3	顔に触れる前には必ず手洗い・手指消毒を
4	おしゃべりはなるべく小さな声で
5	消毒は石鹼、ハイター、アルコール
6	換気は可能な限り頻回に行いましょう
7	勤務直前に体調チェックをしましょう
8	感染した人を責めない環境をつくりましょう
9	感染対策は有効ですが絶対ではないと知りましょう
10	身近な感染発生に備えましょう

# 今、やってはいけないこと①

## 感染者の責任追及をすること

- 狭い家に密集して住む人
- 密集せざるを得ない人
- 飲食店や介護施設で働く人



風邪をひくのは誰の責任でもありません。



## 今、やってはいけないこと②

完璧な感染対策を目指すあまり、  
無理な「禁止事項」「罰則」を増やすこと。

たとえば幼稚園や介護施設で…

- 「濃厚接触者の濃厚接触者」の出入りを絶対禁止
- 家族が熱を出したら入所・入園は絶対禁止
- 熱が出たらPCR検査するまで入所・入園は絶対禁止

学校や幼稚園・介護施設がどうしても必要な人がいる  
→厳しすぎるルールは「隠ぺい」を増やす





## いまやるべきこと：身近な感染対策

- ①量を意識した対策
- ②行動を意識した対策

## ①「量」を意識した対策を

飲食店・家庭などでこれを完全に防ぐのは難しい



実はほとんどの飛沫（大きくてウイルス含有量も多い）は  
真下に落ちている



## ②行動を意識した対策を

唾液が飛ぶ場所（真下）  
よくさわる場所  
乾燥しにくい場所  
目・鼻・口をよくさわる場面



乾きやすい？



あまりさわらない？

危ないのが、職場のコレ！！



# ガイドラインの概要

## 全業種共通0：最重要事項！

- 店の対策を守っていただくことで、100%ではないけれども感染リスクを減らせることを周知している。

「これに従っていれば100%安全」という基準は存在しません。  
感染拡大防止のためには、利用者のご協力も必須です。

## 全業種共通1：手洗いの徹底・マスクの着用

- 利用者・従業員にマスク着用の徹底を周知し、着用していない場合は配布等に努めている。
- 消毒備品等を各所に設置し、利用者・従業員に手洗いや手指消毒の徹底を周知している。
- 共用タオル等を使用しないなど、衛生管理を徹底している。

# マスクやフェイスシールドの効果について

対策方法	なし	マスク			フェイスシールド	マウスシールド
		不織布 	布マスク 	ウレタン 		
	<b>吐き出し飛沫量</b>					
	100%	20%	18-34%	50% <sup>*2</sup>	80%	90% <sup>*2</sup>
	<b>吸い込み飛沫量</b>					
	100%	30%	55-65 <sup>*2</sup>	60-70% <sup>*2</sup>	小さな飛沫に対しては効果なし (エアロゾルは防げない)	

自分を守る効果は  
少なそう

ただし飛沫の大きさは**0.3 $\mu$ m~200 $\mu$ m**  
 →真下に落ちる大きな飛沫には少しは効果があるかも

マスクは鼻までかけましょう。





# 手指消毒：さほど特別な消毒薬は必要ありません！

- コロナは比較的すぐ失活するウイルス
- ふき取り＋アルコール＋界面活性剤＋塩化ベンザルコニウムで99.99%  
（医療施設の除菌と同じくらい）排除可能

たとえば…

普通の手指消毒剤



ポータブルのものは、3, 4プッシュで  
しっかり手に伸ばす

普通のハンドソープ



お子さんにも使える万能シート



## 例えばどんな項目を変更したか

- ポジションによる手袋の着用→これだけでは不十分！

手袋着用による安心感はむしろ感染を広げ得るため、変更。

もし手袋を着用するのであれば…

- 手袋をした状態で顔を触らないことを徹底する。
- 汚染した手袋はこまめに交換する。

ことの方が大事。

## 2. ソーシャルディスタンス

- 行列整理や床の目印表示、オンラインでの日時指定予約等により混雑を回避している。
- 座席の工夫など従業員も含めて対人間隔を確保し、大声で会話しないよう周知している。
- 対面が想定される場所への遮蔽物の設置等で接触機会を低減している。

目安は2mですが、何メートル以上は絶対安全、はありません。  
サービスの性質上可能な限り、遠く。  
グループ同士はパーティション隔離が望ましい

**感染対策は有効ですが絶対ではないと知りましょう**

### 3. 「3つの密（密閉、密集、密接）」を避けて行動

- 3密と大声での会話が予想される場合、整理券の配布や入場者数・滞在時間の制限等を行っている。
- 扉や窓を開け、定期的な換気を行っている。
- 従業員の休憩室等ではできる限り換気を行い、対面で食事・会話をしないようにしている。

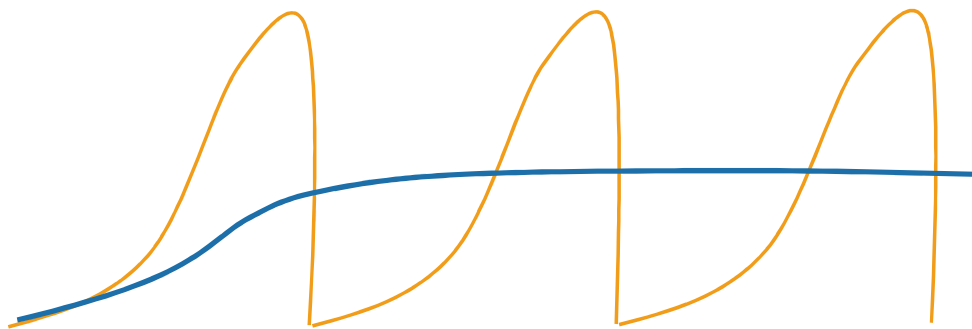


人が入れ替わる場合には、必ずテーブルの消毒を。

# 換気について

厚労省の指針では：

- **1時間に室内の空気が2回以上入れ替わるのが目安。**
- おとな1人あたり毎時30m<sup>3</sup>の換気が推奨
- CO<sub>2</sub>モニターで1000ppm以下を目安  
→ただしエアロゾルとCO<sub>2</sub>の動きは若干異なる
- 定期的な空気入れ替え→**定期的なリセット**  
常にすきま風→**濃度のピークを下げる**



部屋の条件や外の気温などに  
応じて工夫を

## 【算数】1人あたり30m<sup>3</sup>の換気がどれくらいかというところ…

光を取り入れるための理想的な窓の大きさは、床面積の7分の1以上  
たとえば6畳（約10m<sup>2</sup>）だと、窓の大きさは1.4m<sup>2</sup>

窓を全開にするとこの半分が空く→0.7m<sup>2</sup>

**風速2m/秒**の風が完全に吹き抜けると

1秒当たり0.7m<sup>2</sup>×2 = 1.4m<sup>3</sup> の空気が流れる

→約**20秒**で30m<sup>3</sup>

→室内に**6人**いれば**2分**の換気

→**風速1m**なら**4分**の換気

→**窓を10分の1**だけ開けていれば**20分**、30分の1だと1時間

ただしこれは

- 風が十分吹いている場合
- 風上と風下に同じ大きさの窓がついていて、全開にしている
- 部屋に物が置かれていない状態

なので、**実際にはもっと少ない可能性もある**



【窓の科学】窓の大きさと配置の目安

<http://www.ads-network.co.jp/mihome-kiso/plan-13.html>



## WHO(世界保健機関)の基準では…

部屋の1面だけの窓開けでは完全な換気はできない

換気量 (L/秒) は

$$0.65 \times \text{風速 (m/s)} \times \text{一番小さな隙間の面積 (m}^2\text{)} \times 1000$$

つまり窓を全開にしても反対側が隙間風だととても時間がかかる。

たとえば…

部屋の両側のドアを10cm (約0.2m<sup>2</sup>) ずつ開けると、

風速2mで換気量は1秒に260リットル = 0.26m<sup>3</sup>

30m<sup>3</sup>の換気に約2分

## 4. 施設の清掃・消毒

- 複数の人が触れる場所や物品を極力減らし、難しい場合はこまめに清掃・消毒している。
- 清掃・消毒・ごみ回収は極力手袋・マスクを着用し、必ず事後に手洗い・手指消毒を徹底している。

床に落ちたり物についた粉塵が舞い上がるリスクは低い。  
→くっついた場所を消毒

# 床とテーブル

- 水拭きだとウイルスを塗り広げてしまう可能性
- 子どもの口に入っても大丈夫なものを選ぶ必要

お子さんにも使える万能シート

たとえば…

ウェットタイプの床拭きシート



食卓所用の消毒液



# 服は10分洗濯すればウイルス自体が失活

- ただし、短時間の洗濯でもほとんど洗い流せます

たとえば…

普通の洗剤



実はこんなものでも  
ある程度効果が…



## 5. 利用者・従業員の体調管理

- 従業員の毎回手洗い徹底
- 利用者で熱がある者は入場をご遠慮いただくようお願いするなどの取組を行っている。
- 従業員に出勤前に検温や体調確認をさせ、毎日記録・報告させている。
- 所轄の保健所の確認や来場者の把握など、感染者等の発生に備えた取組を行っている。
- 体調不良の従業員に休養を促し、勤務中に体調不良になった者は帰宅を促す。
- ポジションによる手袋の着用
- 手袋をした状態で顔を触らないことを徹底している。
- 汚染した手袋はこまめに交換する。

熱が出たときに休める体制づくり  
→隠さないでよい環境づくり（責めない、給料下げない、首にしらない）



飛沫予防  
接触感染予防  
エアロゾル予防

## 食事提供施設の追記項目

- トイレ使用後は、手洗いや手指消毒を実施するよう表示する。
- テーブルごとに消毒液を設置している。
- 料理は大皿を避け個々に提供する、従業員等が取り分ける等の工夫を行っている。
- 会計時の混雑を避けるため、レジ前の行列整理やテーブル会計等を行っている。
- 相席を避ける、テレビの放映を休止し滞在時間を短くする等の工夫を行っている。
- 注文を受ける際に来店客の側面に立つなど、可能な範囲で間隔を保つようにしている。
- 3密や大声での会話が予想される場合、グループ間に飛沫飛散相互防御フィルムを使用している。
- 店内換気を行っている。
- 客が入れ替わるごとに客席テーブルや椅子をアルコール等で拭いている。
- 順番待ち等により列が発生する場合は、最低 1 m（マスク着用のない場合は 2 m）の来店者同士の対人距離を確保するための誘導などを行っている。
- 滞在時間の制限※や予約制の活用などにより同時に多数の人が集まらないようにしている。
- 声が聞こえやすいようにBGMの音量を低減させている。
- ハンドドライヤー、共通のタオルを禁止し、ペーパータオルを設置している。
- 来店者に対して、グラスやお猪口の回し飲みは控えるよう注意喚起を行っている。
- おしぼりを提供している。

文言に修正の余地あり。分かりにくい点にはコメントをください。



## 消毒のポイントは…手を口に運ぶ前に消毒。

例えば

- トイレ→最後の扉を触った後
- テーブル→席に着いた後

おしぼりのウイルス失活効果は成分による  
→ふき取る効果はある  
→消毒液を付けてふけば有効

## どんな項目を削除したか

金銭トレイ使用

金銭に触ったら手指消毒！

食品添加物消毒アルコールの使用

普通の手指消毒剤で大丈夫

食器類高温洗浄・自然乾燥

コロナだけなら普通の洗剤で大丈夫

使い捨てメニューブックの使用

卓上の共用調味料、ポット等の設置を避けるか、これらを客入れ替え時に消毒する。

実現可能性を考え削除

トイレの蓋を閉めて汚物を流すように表示する。

エビデンスレベルと実現可能性を考え削除

食品残さ、鼻水、唾液などが付着した可能性のあるゴミ、おしぼり等は、ビニール袋に密閉して処理する。

むしろ触れた手をしっかり消毒

飛沫予防  
接触感染予防  
エアロゾル予防

## ホテル・宿泊業の追加項目

- フロントデスクは、アクリル板、透明ビニールカーテン、パーティションなどで遮蔽している。
- チェックイン時に感染発生に備えて身分証明書等により利用者の連絡先を確認している。
- フロントデスク、筆記具等は接触ごとに清拭消毒を行っている。
- 団体の受入時には、チェックイン・チェックアウト時に代表者がまとめて手続きを行っている。
- エレベーターがある場合にはエレベーター内の会話を控えていただくよう周知している。
- 送迎車がある場合は、乗車人数を制限し運転席と後部座席をアクリル板・透明ビニールカーテン等で遮蔽している。
- トイレ使用後は、手洗いや手指消毒を実施するよう表示している。
- 使い捨てコップの導入または毎回の消毒・殺菌を徹底している。
- サウナ室がある場合、共用のタオル、マットなどの使用を禁止している。
- ロッカー、マッサージ機、体重計等の共有備品はアルコールなどで定期的に清拭消毒している。
- タオルは部屋からの持ち出しとするなど利用者ごとに用意し、他者の手が触れないようにしている。
- ハンドドライヤーの使用は禁止している。
- タオルなど手・目・鼻・口に触れる物を共用しないようにしている。
- スリッパなどに触れた際には手指消毒を行うよう周知している。
- 化粧品、ブラシ等は持参を要請するか、清拭消毒したものを利用者ごとに用意するよう努めている。
- 共同浴場で入浴後には手洗いまたは手指消毒を徹底するよう周知している。

## どんな項目を削除したか

- 足拭きマットは定期的に交換する。

足ふきマットに触ったら手指消毒！

- 従業員のユニフォームは当該日業務終了後など定期的に洗濯する。

一般的な常識ではあるが…  
ユニフォームからの接触感染のエビデンスは乏しい

- エレベーターがある場合は、エレベーターの重量センサーの調整などによる乗員制限を行う。

エレベーターホールが密になる危険もある

- 浴場の窓を定期的に開けるまたは常時開放している。

浴室くらい水蒸気があると、エアロゾルはすぐに落ちる  
可能性が高い

## 改めて注意喚起

- ガイドラインは「これに従っていれば100%安全」という基準ではない。
- サービス利用者にも協力いただく仕組みも必要。
- ガイドラインを100%順守できない＝ダメ、ではない。

### 感染対策ABC

A: 当たり前のことを、  
B: 馬鹿にしないで、  
C: ちゃんとやる。

## 今後の方針

- ガイドライン実行前に、実現可能性などを含めパブコメを募集
- ガイドラインの項目を修正
- 3段階の評価項目を作成

医者以外の職業については素人  
→皆様の意見がガイドラインを改善します！



「物語はここから始まるのだ」  
—手塚治虫