



大日倉庫 安全衛生ニュース

安全衛生3号

(発行日)

2015年11月6日

(発行元)

大日倉庫(株)

毎年秋から冬にかけては、インフルエンザの流行シーズンです。
高熱や関節の痛みなどを伴い、人によっては重症化するおそれもあります。
流行を防ぐためには、原因となるウイルスを体内に侵入させないことや
周囲にうつさないようにすることが重要です。
インフルエンザの感染を広げないために、一人一人が「かからない」
「うつさない」対策を実践しましょう。

■対策事項（心がける事項、準備すべき事項）

- ① うがい、手洗いの常時からの励行（イラスト参照）
 - ・正しい方法でうがいや手洗いを励行
 - ・家族も含めてうがいや手洗いを励行
- ② 咳のエチケットの励行（イラスト参照）
 - ・正しい方法で行う
- ③ 自身での普段からの健康管理、体温把握
 - ・平熱等、通常時の体温などを把握
- ④ 緊密な連絡関係の構築
 - ・体調不安などがある場合は、速やかに会社に連絡する
 - ・家族の方で発症した場合は、必ず会社に連絡する
 - ・本人発症時は自宅待機
- ⑤ 清潔な職場作り
 - ・事業所内やトラック車内などを清潔にする
 - ・掃除用具なども清潔にする

CHECK!

従業員手帳
《P132》

正しい手の洗い方

手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのぼすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗います。



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

飛沫感染

- (1) 感染者のくしゃみや咳、つばなどの飛沫と一緒にウイルスが放出

- (2) 別の人が、そのウイルスを口や鼻から吸い込み感染



※主な感染場所
学校や職場、満員電車などの人が多く集まる場所

接触感染

- (1) 感染者がくしゃみや咳を手で押さえる

- (2) その手で周りの物に触れて、ウイルスが付く

- (3) 別の人が、その物に触って、ウイルスが手に付着

- (4) その手で口や鼻を触って粘膜から感染



※主な感染場所
電車やバスのつり革、ドアノブ、スイッチなど

マスクを着用する



くしゃみや咳が出ている間はマスクを着用し、使用後のマスクは放置せず、ごみ箱に捨てましょう。
マスクを着用していても、鼻の部分に隙間があったり、あごの部分が出たりしていると、効果がありません。鼻と口の両方を確実に覆い、正しい方法で着用しましょう。



口と鼻を覆う



ティッシュやハンカチ、口と鼻を覆う
周囲にかならないよう顔を
そらせ、ティッシュなどで
口と鼻を覆う

すぐに捨てる



鼻を自分でティッシュは
すぐにゴミ箱に
口と鼻を覆ったティッシュは、
すぐにごみ箱に捨てましょう。

周囲の人からなるべく離れる



他の人から
距離をそらす
くしゃみや咳の飛沫は、1～2
メートル飛ぶと言われています。

こまめに手洗い



くしゃみや咳などを押さえた
手から、ドアノブなど周囲の
ものにウイルスを付着させたり
しないために、インフルエ
ンザに感染した人もこまめな
手洗いを心がけましょう。



1度目のうがい

食べかすや、口の中の
有菌物を取る目的で
口に含んで比較強
うがいをします。



2度目のうがい

上を向いて、のどの奥ま
でうがい液がとどくよう
に、15秒間程度うがいを
します。



3度目のうがい

2度目と同様、うがい液が
口の中からのどに十分
にとどくように15秒間程度
うがいをします。