



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



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



ティッシュやぞうり、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



鼻を隠してティッシュはすぐにごみ箱に
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



他の人から顔をそらす
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



石けんを手に取り、手を洗う
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 1度目のうがい

食べかすや、口の中の有機物を取る目的で口に含んで比較強くうがいます。

2 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秒間程度うがいます。

3 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秒間程度うがいます。