

# コロナ対策と室内環境の問題

—身近な医療現場の換気対策から—

公益社団法人 日本医師会 常任理事 羽鳥 裕

# コロナ対応改修マニュアル 3部作

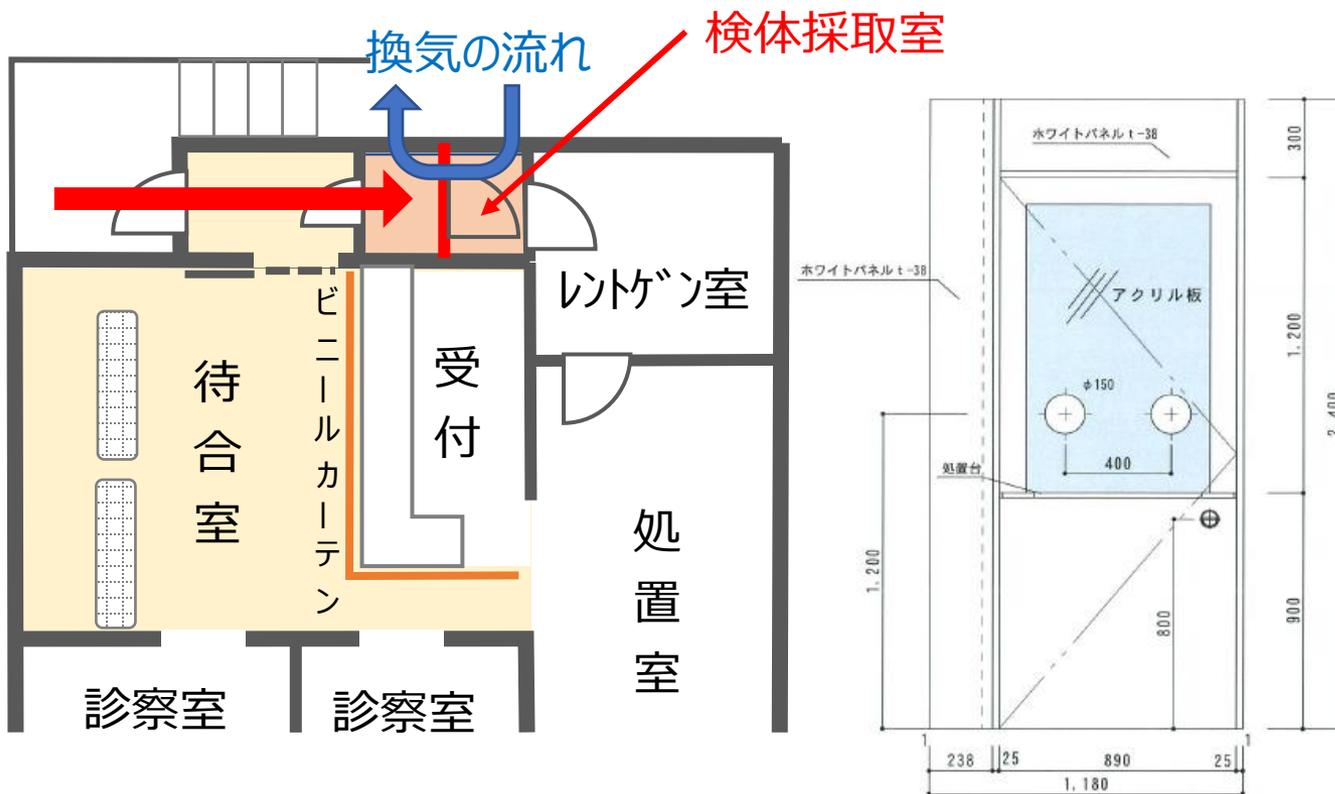
- ①住宅用（**建築**関係者向け）
- ②小規模医療機関用（**建築**関係者向け）
- ③小規模医療機関用（**医療**関係者向け）

正式タイトル

「外来診療をおこなう既存小規模医療機関  
を対象とする換気及び暖冷房について」

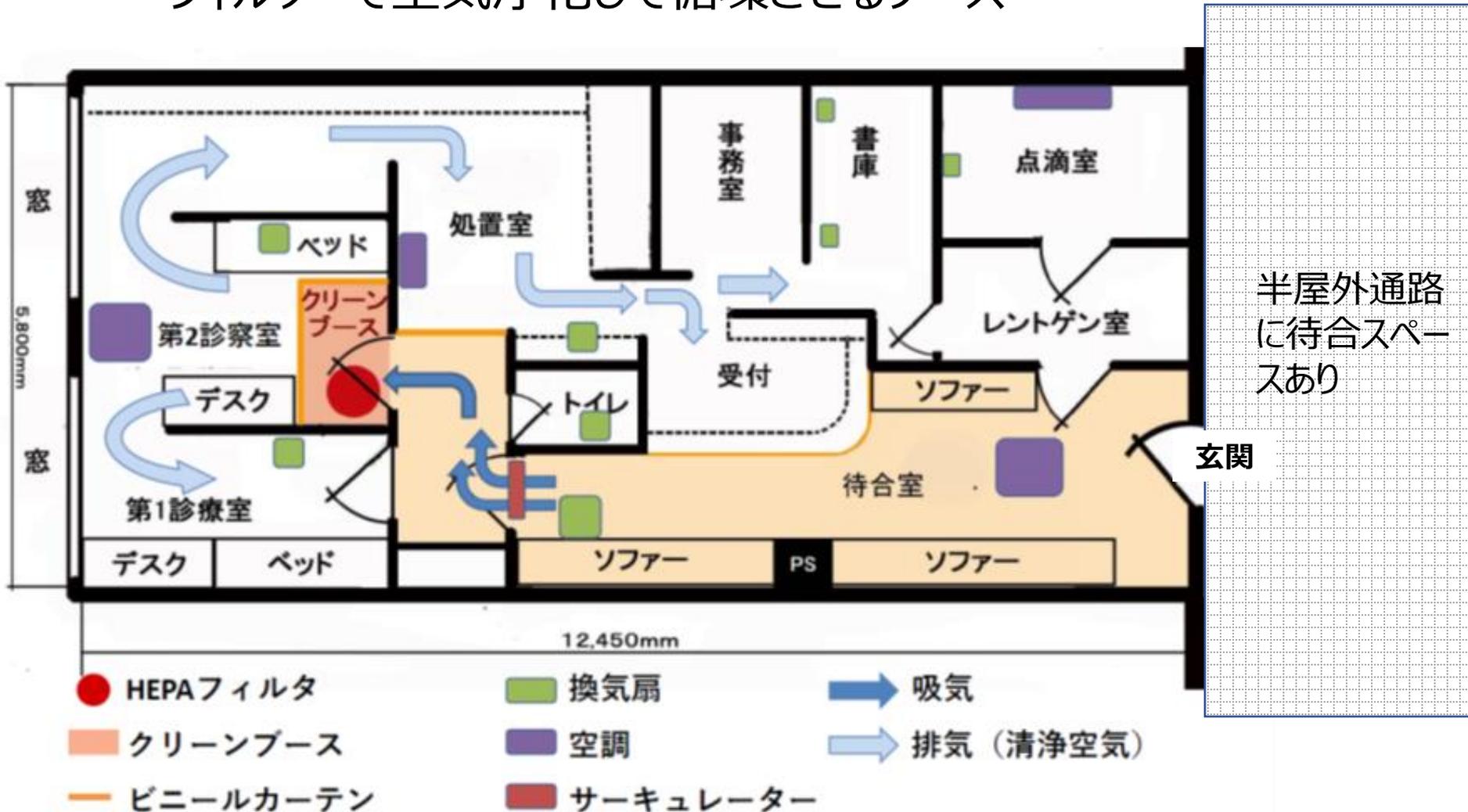
# 【ケース1】 検体採取室と待合室が分離できた事例

- 検体採取室 = 負圧（吸気）として、  
屋外へ排気させるケース



## 【ケース2】 診療室内にクリーンブースを設置した事例

- クリーンブース=負圧（吸気）として、  
フィルターで空気浄化して循環させるケース



左右2か所の手指挿入部は、上下にスライドすることにより、可動域を広くしている。

## HEPAフィルター付きの空気循環ファン



アクリル板

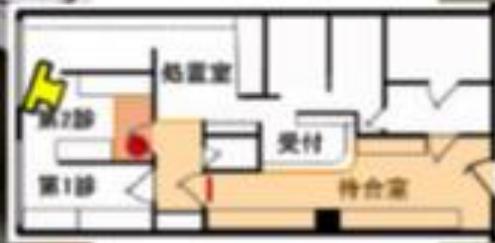
聴診器挿入のための切り込み

舌圧子

ライト



ベッドにはキャスターが設置され、ベッドを即座にブース内に挿入できる



## 具体例の動画（3分程度）



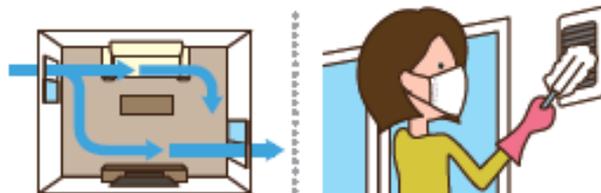
# 北海道 コロナ感染拡大で 宿泊療養施設ひっ迫 自宅待機230人超

記事 NHK NEWS WEB  
2020年11月16日 4時19分

とくにこの冬は

## 小まめに換気を

寒い時期は窓を開けるのが難しくなりますが、感染対策として換気が重要です。窓を少しだけ開けて小まめに換気するなど、状況に合わせて適度に行ってください。



窓を2カ所開け、  
効率の良い換気を

ホコリがたまると  
換気が不十分になるので  
換気口は定期的に清掃を

## この冬の新型コロナウイルス感染症対策

基本的な対策

<p><b>丁寧な手洗い</b></p> <p>水とせっけんで、30秒かけて丁寧に洗う</p> <p>人は無意識に顔を触ってしまふため、手についたウイルスが目・鼻・口などの粘膜について感染する恐れがあります。</p>	<p><b>距離の確保</b></p> <p>できるだけ2m以上、最低1mは距離をとる</p> <p>2m以上</p> <p>食事の時はできるだけ斜め向かいに。</p>	<p><b>マスクの着用</b></p> <p>人との距離が十分とれない場合、症状がなくてもマスクを着ける</p> <p>表面はできるだけ触らず、外すときはゴムひもを持つ。</p>	<p><b>3つの「密」を避ける</b></p> <p>換気の悪い密閉空間</p> <p>多数が集まる密集場所</p> <p>間近で会話や発声をする密接場面</p>
--	--	--	--

**どうやって感染するの？**

飛沫感染と接触感染の2つが考えられています。手洗い、距離の確保、マスクの着用はこれらの感染のリスクを下げるに有効です。

**飛沫感染** 感染者のくしゃみ、咳、つばなどと一緒にウイルスが放出され、他者が口や鼻の粘膜に付着して感染します。

**接触感染** 感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、物に触れるなどによりウイルスが付きます。それに触れた手で目・鼻・口を触ることで感染します。

発症前から他者に感染させる恐れがあります。新型コロナウイルスは、発症前から感染が広がる恐れがあり、発症前後の時期に最も感染力が高いとの報告もあります。そのため、症状がなくても、手洗い、距離の確保、マスクの着用などの基本的な対策を継続することが重要です。

とくにこの冬は

**小まめに換気を**

寒い時期は窓を開けるのが難しくなりますが、感染対策として換気が重要です。窓を少しだけ開けて小まめに換気するなど、状況に合わせて適度に行ってください。

窓を2カ所開け、効率の良い換気を

ホコリがたまると換気が不十分になるので換気口は定期的に清掃を

**家庭での感染対策を**

特に重症化しやすい高齢の方などいる家庭では積極的に取り組まましょう。

**食事などは共有しない**

箸やコップ、お箸など

**トイレはふたを開けて水を流す**

開けっぱなしだとウイルスが飛散する恐れがあります。

**共用部は小まめに清掃・消毒を**

物の表面についたウイルスは、物の種類によっては24時間～72時間くらい感染する力をもつと言われています。小まめに清掃・消毒することで感染力を失わせることができます。

ドアノブ タブレット端末 車内 電話 トイレ

## 例年、冬にインフルエンザが流行します

**インフルエンザとは？**

インフルエンザは、38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、全身倦怠感等の症状が比較的急速に現れる病気です。併せて普通の風邪と同じように、のどの痛み、鼻汁、咳等の症状も見られます。子どもではまれに急性脳症を、高齢の方や免疫力の低下している方では二次性の肺炎を伴う等、重症になることがあります。

**熱が下がっても注意を！**

一般的に、発症前日から発症後、3～7日間は鼻やのどからウイルスを排出するといわれています。

排出されるウイルス量は解熱とともに減少しますが、解熱後もウイルスを排出するといわれています。

**インフルエンザ対策もしっかりと**

①感染予防の基本は手洗いとマスクの着用  
新型コロナウイルス感染症の感染対策は、インフルエンザウイルスの感染対策としても有効です。

②部屋の湿度を保ちましょう  
空気が乾燥すると、のどの免疫力が低下し、インフルエンザにかかりやすくなります。加湿器などを使って、適切な湿度(50%～60%)を保ちましょう。

③インフルエンザワクチンの接種を  
インフルエンザは例年1月～3月に流行のピークを迎えますので、できるだけ12月中旬までの時期に。

## インフルエンザ対策もしっかりと

- ①感染予防の基本は手洗いとマスクの着用  
新型コロナウイルス感染症の感染対策は、インフルエンザウイルスの感染対策としても有効です。
- ②部屋の湿度を保ちましょう  
空気が乾燥すると、のどの免疫力が低下し、インフルエンザにかかりやすくなります。加湿器などを使って、適切な湿度(50%～60%)を保ちましょう。
- ③インフルエンザワクチンの接種を  
インフルエンザは例年1月～3月に流行のピークを迎えますので、できるだけ12月中旬までの時期に。

※札幌市保健所リーフレット

# 検査陽性者の状況

陽性者数 (累計)	34,931 人
入院	1,302 人
軽症・中等症	1,262 人
重症	40 人
宿泊療養	627 人
自宅療養	497 人
入院・療養等調整中	329 人
死亡	472 人
退院等 (療養期間経過を含む)	31,704 人

← 換気や温度環境が適切だろうか？

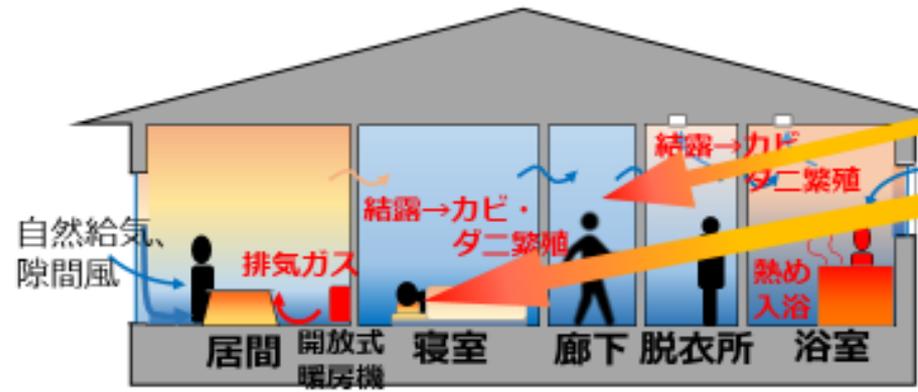
# コロナの影響で高齢者の外出減少 足立区の施設は今年の7割減

- 感染を恐れて外出をためらう高齢者の体力低下が懸念
- 家族が利用に難色を示すケースも

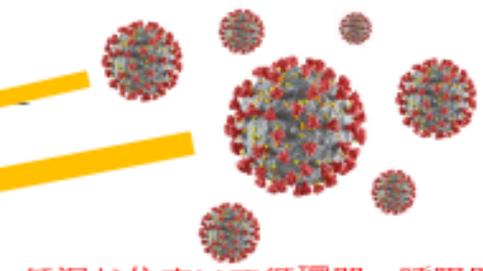
記事：東京新聞 TOKYOWeb 2020年10月31日 05時50分

# 暖かい住まいの普及 新型コロナ予防にも？

## 1. 室温

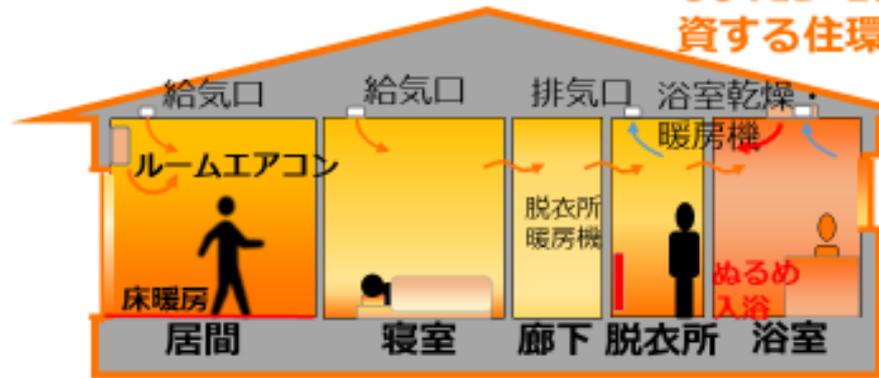


低断熱・低気密+換気不足の住環境

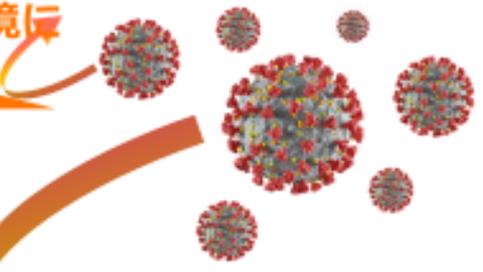


低温な住まいで循環器・呼吸器系疾患患者が多く、新型コロナ感染症を重症化させる可能性

COVID-19発症予防・重症化抑制に資する住環境に



高断熱・高气密+第1種換気(給排気)の住環境



出典：Umishio W., Ikaga T., Fujino Y., Ando S., Kubo T., Nakajima Y., Hoshi T., Suzuki M., Kario K., Yoshimura T., Yoshino H., Murakami S.; on behalf of the SWH Survey Group. Disparities of indoor temperature in winter: a cross-sectional analysis of the nationwide Smart Wellness Housing survey in Japan, Indoor Air, 2020.6公開

# 医療福祉建築連携の今後に向けた期待

- コロナだけでなく、インフルエンザ、高血圧症、アレルギー疾患など、室内環境の要因について、知識共有が望まれる。
- 室内環境と健康への関心の高まっている今こそ、専門性、業種を超えて、安心できる室内環境の普及に向けた対話、課題解決の具体的な取り組みをスタートさせることが望まれる。