

# 変異ウイルスにも対応：「新型コロナウイルスに感染しないため」の手引き



感染3経路を全て回避して防御しましょう。1つでも漏れがあれば感染リスクは高くなります。

・エアロゾル空気感染：常時よい換気をする事で回避しましょう。

☞ 窓開けや換気装置により、CO<sub>2</sub>モニターで常時1,000 (ppm)以下にコントロール。

（エアロゾルは、呼吸、会話、発声などで常時排出され空中に浮遊し、その空間に気流が存在すると長距離まで拡散し、存在しないと空中に滞留し蓄積していきます。エアロゾルは換気によって除去され、除去されないエアロゾルは呼吸により体内に侵入します。  
常時よい換気で清浄な空気を吸うことが感染回避には必須です。

・飛沫感染：① マスク着用で回避しましょう。

マスクを外したら

② 一定の距離 [会話、発声 1 m以上]を保ち回避します。

対面での会話は避け、咳くしゃみは口と鼻を覆い飛ばさないようにしましょう。

または

③ アクリル板やフェースシールドで飛沫は遮断され、感染は回避できます。

・接触感染：手洗い習慣で回避しましょう。

## 常時良好な換気管理とCO<sub>2</sub>モニターについて

**エアロゾル**を介する屋内感染は、屋内換気が良くない場合にリスクが非常に高くなる。エアロゾルは感染者が居る室内ばかりでなく、屋内全体に拡散し感染リスクを高くする可能性がある。

常時良好な換気が維持されていれば、エアロゾルは消え、感染リスクは無くなる。

**常時換気を良くコントロールするために、CO<sub>2</sub>モニターが活用できる。**換気不足 (CO<sub>2</sub>, 800ppm) になると黄色/オレンジが点灯し、1, 000ppm で赤点灯または警報で、速やかな換気を促すようにする。

[**デルタ株などの変異ウイルス**に対する対応も変わりありません]

**換気**は窓の開放、サーキュレーターによる屋内空気の排出、換気装置による換気量増強によって行う。キッチンファンの活用も効果的。換気が的確かは、CO<sub>2</sub>モニターでチェックする。

**建物の換気管理**：建物開館の2時間前から定常スピードで作動開始し、建物利用時間後2時間はやや低スピードに切り替える。定常スピード動作での換気は、CO<sub>2</sub>モニターの設定400ppmにして維持するように管理する。人が不在の際には、低換気速度に保ちながら、スイッチはOFFにしない。季節によって、冷暖房が余り必要ない期間と、必要な期間は、地域により異なり、この換気方法はコストが掛かってくるが、感染防止には必要なコストになる。外気を取り込むことが換気をより有効にする。窓を開けられれば、換気はより効果的になる。**トイレ**の窓を開けることは、ビルの他の部屋やスペースに空気の流れをもたらして汚染する場合は避けなければならない。窓の開放は、ビルの他の部屋との空気の流れと換気を考慮して運用することが大切である。密集と換気の悪い場所を避けるというのが基本的なことだ。換気設備がないビルでは、開けられる窓は出来る限り全部開けることを推奨する。(多少居心地の悪い温度や環境になったとしても)。換気の方法はそれしかない。部屋に入ったらまず15分程度は窓を開け放つ(特に他の人々がその部屋を使っていた後)。トイレの窓を開けるのは、他の部屋へ汚染空気が流れる原因になるので止めるべきだ。窓の開放は、ビルの他の部屋との空気の流れを考慮して運用することが大切である。

(以上、欧州空調換気設備協会 (REHVA) 「COVID-19感染防止のための換気・空調ガイドライン」2020/08/03より)

**飲食店、遊興施設、職場、会議室、介護施設、保育所、幼稚園、学校など**、人が滞留し感染が広がり易いところでは、常時良好な換気管理が感染防止の決め手になる。そして**CO<sub>2</sub>モニターによる換気の管理**が最も有効である。また、最近増加している**家庭内感染**の防止対策には、CO<sub>2</sub>モニターによる就寝中も含めた常時換気管理は有効である。

\* CO<sub>2</sub>モニター (測定器) の中には粗悪な製品が多いので、購入の際にはご注意ください。