

# 避難所感染症対策 の手引き



茨城県保健福祉部  
保健予防課健康危機管理対策室

平成 29 年 12 月

# 目次

## はじめに

I	<b>感染症対策の環境整備</b> .....	1
	手洗いは感染症予防の基本！	
II	<b>避難所感染症予防対策</b> .....	3
III	<b>呼吸器感染症の対策</b> .....	6
	正しいマスクの着用	
IV	<b>ノロウイルスなどの感染性胃腸炎の対策</b> .....	7
	適切な嘔吐物の処理方法	
V	<b>避難所感染症サーベイランスの実施方法</b> .....	9
VI	<b>感染症発生時の報告方法</b> .....	11
VII	<b>野外活動や災害後の泥水あるいは     がれき撤去作業に関する感染症の対策</b> .....	12
	<b>別 添 ～チェックリスト・報告書～</b> .....	14
	<b>参考資料 ～リーフレット・ポスター等～</b> .....	18

※厚生労働省防災業務計画(平成29年7月)抜粋

## はじめに

災害発生時に設置される避難所では、衛生状態の悪化や、長期化する避難生活でのストレスなどによる避難者の体力・抵抗力の低下が考えられます。そのため避難所は、感染症が発生しやすい状況にあり、集団で生活をしていることから、発生した感染症が広がりやすい環境にあります。特にインフルエンザなどの呼吸器感染症や、感染性胃腸炎などの消化器感染症が発生しやすくなります。

避難所管理者、避難者、災害ボランティア等は、避難所の衛生管理、感染症予防対策に協力して取り組み、感染症の発生を速やかに探知し、適切に対応することで、感染拡大を防止する必要があります。

本手引きは、避難所を運営していく立場である避難所管理者が、避難所閉鎖まで避難者の健康を維持できるよう、避難所での衛生管理や感染症対策を推進していくために必要な知識や対応方法について、具体的に示したものです。

# I 感染症対策の環境整備

避難所では、衛生状態が悪化し、感染症がまん延しやすい状況になります。チェックリスト（別添1）を参考に必要物品を揃え、感染症予防のポスターや手指衛生、咳エチケット等のポスター（参考資料）を多くの人の目に入る場所（入口、掲示板など）や、伝播リスクの高い場所（トイレや手洗い場など）に掲示しましょう。また、アルコール手指消毒薬を入口やトイレなどに複数設置するなど、環境の整備を行きましょう。

## 1 必要物品の整備

- 手洗い用石鹸（液体が望ましい）
- アルコール手指消毒薬
- マスク
- 体温計
- 吐物処理セット・処理手順説明書  
（マスク・エプロン・手袋・新聞紙・ごみ袋・次亜塩素酸ナトリウム  
・ペーパータオル・バケツ）
- ペーパータオル
- ウェットティッシュ
- 次亜塩素酸ナトリウム



## 2 手指衛生

- 感染症予防の基本は **手洗い** です!
- 避難所のすべての職員、ボランティア、避難者に対してこまめな手洗いの励行を定期的に啓発しましょう。

手洗いのタイミング → 食事の準備や食事の前、トイレの後、外出から帰った時

- 流水と石けんを用いた手洗いを励行しましょう。
- タオルの共用はせず、個人用タオルかペーパータオルを使用しましょう。
- 手洗い後にアルコール手指消毒薬を使うとより効果的です。



《断水により水道水が使えない時》

- ウェットティッシュで汚れを拭き、アルコール手指消毒薬を使用しましょう。
- 手洗い用の水を確保できるよう、市町村の対策本部に働きかけることも必要です。



### 3 居住区域の環境整備

- 室内は定期的に清掃と換気（午前・午後各 1 回位）を行いましょう。
- 個人間（もしくは少なくとも家族間）の距離を 1～2m 空けることが望ましいです。
- インフルエンザや嘔吐下痢症患者が発生した場合に、個別に収容する場所を確保しましょう。
- 避難所は土足厳禁にしましょう。
- トイレは定期的に清掃と消毒を行いましょう。清掃する際は、マスクと使い捨て手袋、エプロンを着用し、次亜塩素酸ナトリウム（家庭用塩素系漂白剤など）を用いて、便器周りを中心に清掃しましょう。
- 紙オムツ等の廃棄のため、蓋付きの専用ゴミ箱を設置しましょう。

#### トイレの清掃方法

#### 用意する物

ゴム手袋（使い捨て）・マスク（使い捨て）・ビニールエプロン（使い捨て）・バケツ・消毒薬・トイレタワシ・雑巾・ほうき・ちりとり・ビニール袋等

#### 手順

- ① マスク・ビニールエプロン・ゴム手袋を着用する。
- ② トイレのドアを開け、風通しをよくする。
- ③ ほうきで床をはく。
- ④ 汚物の入ったゴミ袋を交換する。
- ⑤ バケツに次亜塩素酸ナトリウム希釈液を用意する。  
（バケツの水 1 杯（約 5 ℓ）にキャップ 4 杯位（約 20cc））
- ⑥ ドアノブ、手すり、水洗レバー、タンク、フタ、便座、便器の外側、床等の順で、消毒液を薄めた布等をひたし、しっかりしぼってから拭く。
- ⑦ 便器の内側は消毒液をかけ、2～3 分後にこすらずに水で流す。  
（汚れには飛散しないよう注意しながらトイレタワシ等を用いる）
- ⑧ 手袋を外し、手洗いをする。



（参考）東北大学大学院医学系研究科 感染制御・検査診断学分野，臨床微生物解析治療学，感染症診療地域連携講座，東北感染制御ネットワーク

## II 避難所感染症予防対策

避難所は、集団生活の場であり、衛生状態が悪化しやすく、避難生活が長期に及んだ場合には体力の消耗により免疫力が低下することがあるため、**感染症が拡大しやすい環境**です。

◎環境の衛生対策、感染症予防対策、発生時の迅速な対応をお願いします。

### 【避難所で注意すべき感染症】

感染症	主な感染経路	感染様式	主な予防・対応策
ノロウイルス等による感染性胃腸炎、腸管出血性大腸菌感染症（O157 など）	接触感染（経口含む）	直接・間接的に触れることによる感染 手指・食品・器具等を介して感染	手洗い 手袋着用 予防衣(ガウン)
インフルエンザ、流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）、風しんなど	飛沫感染	咳やくしゃみ、会話などの際にしぶき（飛沫）を吸い込んで感染	手洗い マスク着用
結核、麻しん（はしか）、水痘（水ぼうそう）	空気感染	空気中を浮遊する、小さな病原体の粒子を吸い込むことで感染	N95 マスク着用

※ 結核や麻しんが発生した場合、保健所が多数の避難者に接触者調査を行うことがあります。

### 【感染症の予防・対策】

- ・ **こまめな手洗い（難しい場合はアルコール手指消毒薬の使用）、咳エチケット（必要時、マスクの着用等）**を呼びかけましょう。
- ・ 感染症患者が発生した場合は、他の避難者への感染拡大を防ぐため、基本的に**個室管理**で対応しましょう。
- ・ 職員、ボランティアは、風邪症状を含め、感染症の症状がある場合は、避難所に行かないようにしましょう。
- ・ 避難者や職員が受診・治療が必要な場合に備え、医療機関の受診、医療チームの往診等の体制について、対策本部や保健部門等に確認しておきましょう。

### ◆使い捨ての個人防護具を正しく装着しましょう。

種類	使用するときの例	使用するときの注意
手袋	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 排泄介助、おむつ交換</li> <li>・ 血液、体液、吐物等に触れるとき</li> <li>・ 自分の手指に傷があるとき</li> <li>・ トイレの清掃時</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 手袋は1 処置ごとに外して捨てる</li> <li>・ 手袋をしたままドアノブなどに触れない</li> <li>・ 手袋を外すときは、表面が汚染されているため、表面に触れないように外す</li> <li>・ 外した後は必ず手洗いをする</li> </ul>
マスク	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 咳をしている人と接するとき</li> <li>・ 自分が咳をしているとき</li> <li>・ 吐物処理時</li> <li>・ トイレの清掃時</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 汚染した場合はその都度交換する</li> <li>・ 同じマスクを繰り返し使用しない（1日使用したものは破棄する）</li> </ul>
ビニールエプロンなど	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 血液や体液に触れる可能性があるとき</li> <li>・ 吐物処理時</li> <li>・ トイレの清掃時</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 使い捨てビニールエプロンの使用が有効</li> <li>・ 処置が済んだら速やかに脱いで、表面に触れないように取り扱う</li> </ul>

## ◆消毒剤の使用

血液や体液及び吐物等で汚染された場合や、感染症が疑われる場合には、汚染された場所や物を、アルコール、次亜塩素酸ナトリウム（家庭用の塩素系漂白剤で代用可能）などを使用し、消毒します。

感染源となる細菌やウイルスに適した消毒薬を、適切に使うことが大切です。

※ 使用する際は、噴霧消毒は避けましょう。

	次亜塩素酸ナトリウム	アルコール
商品名	ピューラックス、ジアノック、ミルトン、ハイター、ブリーチ 等	【①アルコール】 エタノール、消毒用エタノール、アルペット 等 【②アルコール手指消毒薬】 ウェルパス、ヒビスコール 等
消毒の濃度	<ul style="list-style-type: none"> <li>塩素濃度6%の薬液が一般的に市販されており、通常 60 倍～300 倍に希釈（薄めて）使用</li> <li>汚れをよく落とした後、薬液に 10 分浸し、水洗いする</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>原液（70～80%）で使用</li> <li>希釈しない（薄めない）</li> </ul>
適応対策	<ul style="list-style-type: none"> <li>環境に使用 便器・ドアノブ・遊具・衣類・嘔吐物や下痢便が付着した場所 等</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①環境に使用 遊具・便器・トイレのドアノブ 等</li> <li>②手指のみに使用</li> </ul>
留意点	<ul style="list-style-type: none"> <li>有機物汚染状態では無効（吐物、汚物を取り除いてから消毒する。消毒液を入れたバケツに汚れた雑巾を入れた場合は、消毒液を交換する必要がある。）</li> <li>漂白作用がある</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>【①②共通】</li> <li>ゴム製品・合成樹脂等は変質するので長時間浸さない</li> <li>引火性がある</li> <li>【②】・手荒れに注意</li> <li>粘膜には使用しない</li> </ul>
用途	どちらも多くの細菌、ウイルスに有効ですが、ノロウイルスの消毒には次亜塩素酸ナトリウムを使用する（嘔吐、下痢等の感染性胃腸炎の場合）	

## ●原液に含まれる次亜塩素酸ナトリウムの濃度約5～6%を使った消毒液の作り方

### 『注意事項』

- 使用する際は換気を十分に行いましょう。
- 使用する際は必ず手袋を使用し、消毒液が皮膚についた場合は直ちに水で洗い流してください。
- 他の薬剤、特に酸性の薬剤と混ぜると有毒ガスが発生しますので注意してください。
- 作った消毒液は時間の経過とともに効果が減少しますので、作り置きせず、早めに使い切ってください。  
（原液は密閉し、冷暗所で保管）
- 金属に対しては腐食性があるため、消毒後、水で洗い流すか拭き取ってください。

※ その他、薬剤の「使用上の注意」を確認しましょう。

ペットボトルを使った

# 消毒液の作り方



## 【用意するもの】

次亜塩素酸  
ナトリウム液



原液の濃度  
約5~6%

ペットボトル  
(よく洗ったもの)



じょうご  
(金属製以外)  
や紙コップ



ゴム・ビニール  
手袋(必ず使用)



水



## 【作り方】

- ・初めにペットボトルの半分くらいまで水を入れておきます。そこへ塩素系漂白剤原液(ペットボトルのキャップ1杯=5ml)を入れます。最後にペットボトル一杯に水を入れます。ふたをして、よく振って混ぜ合わせてください。



+

塩素系漂白剤原液  
をボトルキャップ  
8杯



=

濃度 0.1%  
(1,000ppm)

使用箇所

便や嘔吐物が付着  
した床や便器, 衣類  
など



+

塩素系漂白剤原液  
をボトルキャップ  
2杯



=

濃度 0.02%  
(200ppm)

使用箇所

ドアノブ, 蛇口など直  
接手で触れる部分や  
環境

※ 消毒液をいれたペットボトルは **消毒液・飲用不可** 等の表示をして、乳幼児の手の届かない場所に保管するなど、誤飲を防ぎましょう。

◎ 吐物処理の場合は、消毒液を4L程使用するため、バケツに消毒液を作成しましょう。

⇒ 吐物処理方法 P8 参照。

# III 呼吸器感染症の対策

## 1 注意が必要な感染症




インフルエンザ・かぜ・肺炎など

## 2 主な症状

発熱（インフルエンザでは、突然の発熱・38℃以上の高熱のこともあり）・咳・のどの痛み・鼻水・全身の倦怠感や関節痛・筋肉痛、頭痛

※乳幼児や高齢者は重症化しやすいので、特に注意が必要です。

## 3 対策

<p>予防の基本は<u>手洗い</u>です。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>液体石けんを使い、こまめに手を洗いましょう。 (食事前, 排泄後, 外出後など)</li> <li>アルコール手指消毒薬の使用も効果があります。</li> </ul> 	<p>環境整備に努めましょう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>アルコールを含んだ消毒液で、ペーパータオル等を使用し、ふき取り消毒をしましょう。 *ドアノブや各種スイッチなど、手が触れるところ忘れずに!</li> <li>湿度を高めを保つことを心がけましょう。</li> </ul>
<p>感染者は適切に隔離することも必要です。 (他の避難者と部屋を分けるなど)</p> <p>*一人発症すると他にも患者が出る可能性があるため、周囲の人の健康に注意します。 健康観察を強化しましょう。</p> 	<p>咳エチケットを守りましょう!</p> <p>《マスクがない場合》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>せきやくしゃみをするときには、ティッシュなどで口と鼻をおおい、他の人から顔をそむけましょう。</li> <li>*鼻水や痰などを含んだティッシュは、すぐゴミ箱へ捨てましょう。</li> <li>ティッシュ等がない場合には、二の腕で口と鼻をおおきましょう。</li> </ul> <p>《マスクがある場合》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>正しくマスクを着用しましょう。</li> <li>マスクが湿ってきたら、新品のマスクと交換しましょう。</li> </ul> 



◎咳がひどい、黄色い痰が多くなっている、息苦しい、呼吸が荒い場合など、早めの医療機関での治療が必要かもしれません。医師や看護師に相談してください。

◎長引く咳（2週間以上）は、結核なども心配されます。医療機関の受診を勧めましょう。



# Ⅳ ノロウイルスなどの

## 感染性胃腸炎の対策

### 1 感染性胃腸炎を起こす主な原因





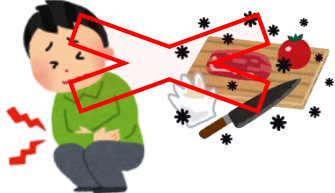

- ・細菌性のもの…腸炎ピブリオ, 病原性大腸菌(例:O157), サルモネラ, カンピロバクターなど
- ・ウイルス性のもの…ノロウイルス, ロタウイルス, アデノウイルスなど
- ・その他…クリプトスポリジウム, アメーバなど

※食中毒として発生するものもあるため, 食品の衛生管理, 調理者の手指衛生にも注意しましょう。

### 2 主な症状

嘔吐・下痢・腹痛・発熱など

### 3 対策



<p>～予防の基本は<u>手洗い</u>です～</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・液体石けんを使い, こまめに手を洗う。(食事前, 排泄後, 外出後など)</li> <li>・アルコール手指消毒薬の使用。</li> </ul>	<p>環境の消毒をする。 (下記の表を参照)</p> <p>塩素系消毒剤, ペーパータオル等を使用し, ふき取り消毒をする。</p>	<p>嘔吐した際には, スタッフが速やかに適切な嘔吐物処理! (次ページ参照)</p>
<p>症状のある者は適切に隔離する。 (他の避難者と部屋を分けるなど)</p> <p>*一人発症すると他にも患者が出る可能性があるため, 周囲の人の健康に注意する。</p>	<p>胃腸炎症状のある人は調理や食事の配膳には携わらない。</p> <p></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食品は素手で触らない。</li> <li>・食品は85℃以上で1分以上加熱。</li> <li>・生で食品を食べない。</li> <li>・賞味期限を確認する。</li> <li>・調理器具は漂白剤に漬けるか, 熱湯で15分以上消毒。</li> <li>・症状がある者は, 食品を取り扱わない。</li> </ul> <p></p>

### ～環境の消毒～

消毒の実施場所：患者の糞便等で汚染された可能性のある場所

塩素系消毒剤の濃度：ふん便・嘔吐物で汚染された場所は 0.1%(1000ppm)

その他は 0.02%(200ppm)

<p>トイレ</p> 	<p><input type="checkbox"/>ドアノブ <input type="checkbox"/>ドア全体 <input type="checkbox"/>手が届く範囲の壁 <input type="checkbox"/>各種スイッチ</p> <p><input type="checkbox"/>水を流すレバー・ボタン等 <input type="checkbox"/>ペーパーホルダー <input type="checkbox"/>便器, 便座, 便器蓋</p> <p><input type="checkbox"/>トイレ床 <input type="checkbox"/>トイレ用履き替えスリッパ等</p> <p><input type="checkbox"/>汚物入れやゴミ箱のふた(手で触れずに開閉可能な場合は除く)</p> <p><input type="checkbox"/>その他 汚染箇所</p>
<p>洗面所</p>	<p><input type="checkbox"/>手洗い場, 水道蛇口 <input type="checkbox"/>液体石けんの入れ物</p> <p>(その他対応：<input type="checkbox"/>固形石鹸の撤去 <input type="checkbox"/>共用タオルの撤去)</p> 
<p>居室等</p>	<p><input type="checkbox"/>患者の手が触れる範囲</p>
<p>その他</p>	<p><input type="checkbox"/>嘔吐症状があったら…<input type="checkbox"/>食器の消毒 <input type="checkbox"/>吐物の処理(次ページ参照)</p> <p><input type="checkbox"/>下痢で汚した場合…<input type="checkbox"/>下着の消毒 <input type="checkbox"/>衣服の消毒 <input type="checkbox"/>寝具の消毒 等</p> <p>(消毒液に10分つけて水洗いをする。色落ちに注意。)</p>

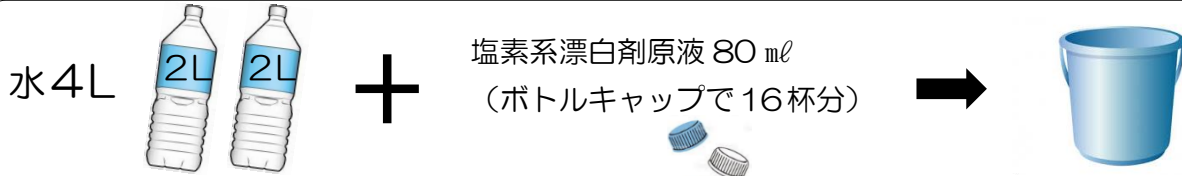
# 嘔吐物処理方法



～日ごろから用意しておくもの～

- 使い捨て手袋(2組あると便利)   □使い捨てエプロン   □使い捨てマスク   □新聞紙
- 古タオルまたはペーパータオル等   □ビニール袋   □靴カバー(無ければ袋でもよい)
- 塩素系消毒薬・計量カップ   □消毒液作成用バケツ

例) 塩素系消毒液(0.1%)を約4リットル作成する(～嘔吐物処理は0.1%(1000ppm)～)



- 必ず手袋をして肌などに直接接触しないようご注意ください。
- 塩素系消毒薬は漂白作用があります。
- 希釈した消毒薬は作り置きをすると濃度が薄くなるため、その都度作成することが望ましいです。

<p>1. 使い捨てのガウンまたはエプロン, 手袋, マスクをする。</p> <p>*手袋を二重につける方法もあります。</p> 	<p style="text-align: center;"><b>処理をする前に</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 周囲にいる人を離れた場所へ移動させ、窓を開けるなど換気します。嘔吐物の飛散を防ぐため、<b>新聞紙やペーパータオルなどで覆います。</b></li> <li>2. <b>嘔吐した人に対する対処</b>を行います。</li> <li>3. <b>嘔吐物の処理</b>を行います。</li> </ol> <p>◎1・3はできれば同時進行で、嘔吐物の処理は最少人数で行います。</p> <p>◎嘔吐物は素手で触らないよう注意します。(手袋を使用)</p>	
<p>2. バケツに消毒液を作る。嘔吐物を覆っている新聞紙やペーパータオルの上から消毒液を、汚物が飛び散らないように静かにそそぐ。</p> 	<p>3. 新聞紙やペーパータオル等を使用し、外側から内側へ向けて嘔吐物を拭き取る。拭き取った新聞紙やタオルはビニール袋へ入れる。</p> 	<p>4. 二重手袋にしていた場合にはここで外側の手袋を外し、ビニール袋へ入れる。嘔吐物処理をした人の靴の裏も2で作成した消毒液に浸したペーパータオル等で一度拭き取る。</p> 
<p>5. 嘔吐物などを入れた袋の口をしっかり縛る。嘔吐物入りのビニール袋を別のビニール袋へ入れる。</p> 	<p>6. 嘔吐物を拭き取った場所およびその周辺(半径2mを目安)は、消毒薬で湿らせたペーパータオルなどで覆って10分程度おいておく。</p> 	<p>7. NO.6を待っている間に、消毒薬に浸した新しいペーパータオル等で、6の周辺をふき取る。 ※床の場合は外側から内側へ、壁は上から下へ向かってふき取り消毒を行う。</p>
<p>8. NO.6を10分程度おいたら、覆っている部分を新しいペーパータオル等でふき取り、ビニール袋へ入れる。消毒薬に浸した新しいペーパータオル等でふき取る。</p> 	<p>9. 使用した新聞紙やタオル, 手袋やマスク, 靴カバーなどをビニール袋と一緒に入れ、しっかりと縛る。</p> 	<p>10. 嘔吐物処理後は十分に手洗い, うがいを行う。 *2度手洗いが望ましい。</p> 
<p>11. 塩素系消毒薬は金属を腐食させるので、消毒後10分経過したら水拭きをする。</p>		
<p>12. もう一度、十分に手洗い, うがいを行う。</p> 		

# V 避難所感染症サーベイランス※の実施方法

※調査監視のこと

- ◎ 避難所で、感染症を早期に探知し、速やかに対応することで、感染症のまん延・集団発生を未然に防ぐことを目的としています。毎日定刻に、発熱・嘔吐・下痢などの症状がある避難者がいないか、情報収集します。

避難所で日々の感染症の発生の有無を確認し、報告することにより、市町村及び保健所で状況を把握し、感染症を早期に探知することができます。（発生0でも報告いただくことで、何も起きていないことがわかります。）発生があった場合、速やかに巡回保健師や保健所保健師等が介入・対応することにより、避難所内での感染症のまん延を防止することに繋がります。探知した当日のうちに対応できるよう、報告は午前中としております。

## 1 報告ルート・役割（※今後、見直しや発災時の状況によって、変更する場合があります。）

### （1）避難所管理者

- ・症状がある場合は避難所職員に報告するよう、避難者に予め周知してください。
- ・毎朝避難者の健康状態を確認し、「避難所別感染症発生状況報告書（避難所用）」（別添2）を市町村及び管轄保健所へ送付してください。

\* 避難者名簿の作成、朝食配布時等での健康状態の確認、医療職者との情報共有・連携が必要。

### （2）保健所

- ・避難所毎の情報をとりまとめ、「避難所別感染症発生状況報告書（保健所用）」（別添3）を県感染症情報センターへ報告する。

### （3）県感染症情報センター

- ・保健所から届いたすべての情報をとりまとめ、県保健予防課へ報告する。

## 2 報告方法

FAX、メール（携帯電話を活用し写真を添付したメールでも可）、電話等状況に応じ、可能な方法で行う。

## 3 情報の還元

### ◎県感染症情報センター

- ・避難所感染症サーベイランス情報から感染症の発生状況をまとめ、ホームページへ掲載し、保健所、市町村へメール等で周知する。

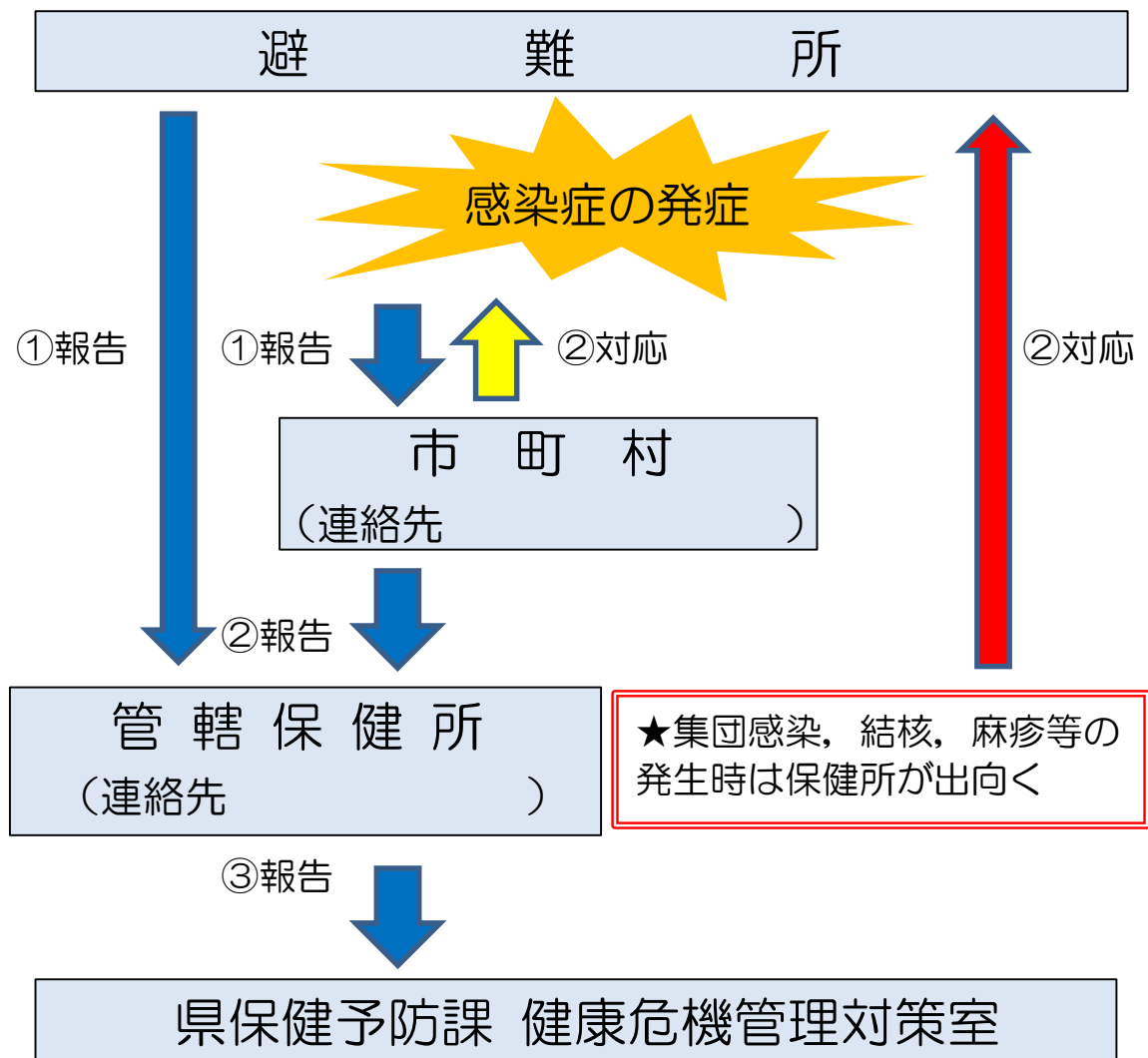
ホームページ：原則平日16時更新（休日は必要に応じて更新）





## VI 感染症発生時の報告方法

- ① 感染症が発生した場合、避難所管理者は、市町村保健師や避難所保健師等と連携しP3～8に記載のある対応を行うとともに、**管轄保健所及び市町村へ報告**してください。
- ② **市町村は管轄保健所に報告**します。市町村は管轄保健所の助言を得て、必要な対策を講じます。集団発生や重要な事例等（結核、麻疹等の、発症が1例でも対応が必要な事例等）の場合は、管轄保健所保健師が避難所へ出向いて対応します。
- ③ 保健所は県保健予防課健康危機管理対策室へ報告します。



# VII 野外活動や災害後の泥水あるいは

## がれき等撤去作業に関連する感染症の対策

### 1 注意を要する感染症



破傷風，レジオネラ症，レプトスピラ症  
蚊媒介感染症（日本脳炎など），ダニ媒介感染症（つつが虫病など）




### 2 主な症状，対策



（洪水による災害時，泥流や土壌，がれき等の撤去作業に関連する感染症）

感染症	破傷風	レジオネラ症	レプトスピラ症
知っ おこ う	<p>破傷風は，予防接種を受けることで免疫をつけることができます。</p> <p>昭和43年頃からは，定期予防接種に破傷風のワクチンが含まれており，30代までの多くの方は，破傷風の免疫を持っています。40代以上の方は免疫が十分ではありません。</p> <p>破傷風菌は土壌中に広く常在し，傷口から体内に入ると破傷風を発症します。</p>	<p>「レジオネラ属菌」は，自然環境（湿った土壌や河川，湖沼及び池などの淡水中）に生息していますが，人工環境（空調用冷却塔や循環式浴槽など）の水が停滞あるいは循環する所（ヌメリ等）にも生息します。</p> <p>レジオネラ属菌を含んだエアロゾル（霧状の水）を口から吸いこむことで感染します。</p>	<p>感染した動物から直接的，もしくは感染した動物の尿によって汚染された土壌や水から間接的に感染します。</p> <p>汚染された土に触れたり，水の中を泳いだり歩いて感染することが多いようです。</p> <p>汚染された水や食物の飲食による事例もあります。</p>
症 状	<p>顎や首の筋肉のこわばりや口が開けにくくなり，全身のこわばりや筋肉のけいれんがおこります。</p>	<p>「レジオネラ肺炎」型は，全身の倦怠感，筋肉痛，頭痛，高熱，腹痛，嘔吐，意識障害等がおこります。</p> <p>「ポンティアック熱」型は，発熱，悪寒，頭痛等がおこります。</p>	<p>発熱，悪寒，頭痛，筋痛，腹痛，結膜充血がおこります。</p> <p>発病後第4～6病日に黄疸，出血傾向，腎臓などの臓器が障害を受ける重症型があります。</p>
対 策	<p>傷口に土が付いたり，がれきや釘などでけがをした場合には，傷口をよく洗い，医師の診察を受けましょう。</p> <p>作業には，長袖・長ズボン・手袋（皮手袋）の上に厚手のゴム手袋をしたり，厚底の靴を履きましょう。</p> 	<p>「レジオネラ菌属」は，20～50℃で繁殖し，36℃前後が最も適しています。熱に弱いため70℃以上では1分以内に死滅します。</p> <p>冷却塔などの設備や器具は定期的に点検，清掃を行い，ヌメリが発生しないようにしましょう。</p>	<p>防護のため厚底の長靴や厚手の手袋を着用しましょう。</p> <p>屋内外に棲息しているネズミは，感染の仲介になる可能性があります。あり要注意です。</p> <p>活動後は，着替え，入浴，手洗いをしましょう。</p> 

(避難所や災害現場など長時間屋外での作業に注意を要する感染症)

感 染 症	蚊媒介感染症 (日本脳炎など)	ダニ媒介感染症 (つつが虫病など)
知 っ て お こ う	<p>蚊媒介感染症とは、感染蚊に刺されることにより感染します。蚊媒介感染症のひとつである日本脳炎は、ワクチン接種が予防に有効です。その他の蚊媒介感染症は、有効なワクチンが無いため、「蚊を発生させない」「蚊に刺されない」ことが重要です。</p> <p>避難所などのゴミ集積場や水田、池、沼などの水たまりなどでは、蚊が発生しやすくなります。</p>	<p>つつが虫病は、ダニ媒介感染症のひとつであるツツガムシという小さなダニに刺される(吸着される)と菌が体内に入って発症します。</p> <p>林や草むらで感染することが多く、ダニの活動する春から初夏と秋から初冬が感染しやすい時期です。</p> <p>ヒトからヒトへの感染はなく、菌を保有する有毒ダニの幼虫に吸着されることにより感染します。</p>
症 状	<p>数日間の高熱、頭痛、嘔吐等が現れ、その後急激に、光への過敏症、意識がなくなり、けいれん等がおこります。</p>	<p>発熱、刺し口、発疹、激しい頭痛、悪寒、全身倦怠感、食欲不振</p>
対 策	<p>《 蚊の発生を抑えましょう 》</p> <p>蚊の種類により生息地域は異なりますが、水たまり(放置されたブルーシート、古タイヤ、空き缶、ペットボトルに溜まった水等)を除去、清掃しましょう。詰まった排水溝の掃除、下草を刈りましょう。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;">蚊・ダニ共通対策</div> <ul style="list-style-type: none"> <li>●肌の露出を少なくしましょう。             <ul style="list-style-type: none"> <li>● 長袖・長ズボンを着用しましょう</li> <li>● 足を完全に覆う靴を履き、サンダルなどは避けましょう。</li> </ul> </li> <li>● シャツの裾はズボンの中に、ズボンの裾は靴下や長靴の中に入れましょう。</li> <li>● 帽子・手袋を着用し、首にタオルを巻きましょう。</li> <li>● 明るい色の服を着ましょう。</li> <li>● 虫除け剤を使用しましょう。</li> </ul> 	<p>DEET (ディート) という成分を含む虫除け剤の中には服の上から用いるタイプがあり、補助的な効果があると言われています。</p> <p>草の上に腰をおろしたり、寝転んだりしないようにしましょう。</p> <p>脱いだ上着やタオル・帽子などを草の上に放置しないようにしましょう。</p> <p>活動後は入浴し、マダニに刺されていないか確認しましょう。特に、首、耳、わきの下、足の付け根、手首、膝の裏などがポイントです。</p> <p>《 ダニに咬まれた時 》</p> <p>発見した時は、無理に引き抜こうとせず、医療機関で処置(ダニの除去、洗浄など)をしてもらいましょう。</p> <p>ダニに咬まれた後、数週間程度は体調の変化に注意をし、発熱などの症状が認められた場合には医療機関を受診しましょう。</p>

# 別 添

## ～チェックリスト・報告書～

(別添1) 避難所感染症チェックリスト

(別添2) 避難所別感染症発生状況報告書 (避難所用)

(別添3) 避難所別感染症発生状況報告書 (保健所用)



報告時間: 毎日午前10時頃まで 発生なしでも報告して下さい。  
 報告先・方法: ①「\_\_\_\_\_保健センター」 FAX( \_\_\_\_\_ )または、電話( \_\_\_\_\_ )  
 メール(携帯電話を活用し写真を添付したメールでも可)(アドレス: \_\_\_\_\_ )  
 ②「\_\_\_\_\_保健所」 FAX( \_\_\_\_\_ )または、電話( \_\_\_\_\_ )  
 メール(携帯電話を活用し写真を添付したメールでも可)(アドレス: \_\_\_\_\_ )

○感染症の発生が疑われ、対応が必要な場合は、この報告とは別に、速やかに市町村や管轄保健所へ連絡してください。

### 避難所別感染症発生状況報告書(避難所用)

日付: \_\_\_\_\_  
 市町村名: \_\_\_\_\_  
 避難所名: \_\_\_\_\_  
 報告者名: \_\_\_\_\_  
 連絡先 (TEL): \_\_\_\_\_

<○をつけて下さい。>

症状がある者:  有 ・  無

(※おおむねでよい) 年齢区分	収容者人数 (概数でよい)	症状等の分類 (※同一人物で複数の症状がある場合は、症状毎にその数を計上してください。)									場合こちらに記載 診断名がついている
		鼻水、のどの痛み	咳	発熱 (37.5℃以上)	回数が増えている状態の (泥状、水様であり、排便の 下痢)	血便	嘔吐	発疹	(破傷風、髄膜炎・脳炎などが 考えられる。)意識障害 口が開けにくい、けいれん、	(黄色くなる。)眼 黄疽 (眼球の白い部分や皮膚が	
5歳未満											
5歳以上 65歳未満											
65歳以上											

コメント

上記に該当しない場合、どこに計上するか悩んだ場合は、コメント欄に記載してください。(避難所で強化している対応策や、有症状者への対応状況、受診した者の診断名等も記載できる範囲で記載してください。)

※年齢区分はおおむねでよい。(報告のための年齢の聞き取りは不要)

報告時間: 毎日午前11時まで 発生なしでも報告して下さい。

宛 先: 県感染症情報センターへ報告してください。

報 告: FAX(029-243-9550)または、電話(029-241-6652)

または、メール(携帯電話を活用し写真を添付したメールも可)(eiken1@pref.ibaraki.lg.jp)

### 避難所別感染症発生状況報告書(保健所用)

日付:

保健所名

報告者名

連絡先

(TEL):


<〇をつけて下さい。>

症状がある者:  有 ・  無

市町村名	No	避難所名	(※おおむねでよい) 年齢区分	収容者人数(概数)	症状等の分類								場合こちらに記載 診断名がついている
					鼻水・のどの痛み	咳	発熱 (37.5℃以上)	下痢	血便	嘔吐	発疹	意識障害 けいれん、 口が開けにくい、	
	1		5歳未満										
			5歳以上										
			65歳未満										
			65歳以上										
	2		5歳未満										
			5歳以上										
			65歳未満										
			65歳以上										
	3		5歳未満										
			5歳以上										
			65歳未満										
			65歳以上										
	4		5歳未満										
			5歳以上										
			65歳未満										
			65歳以上										
	5		5歳未満										
			5歳以上										
			65歳未満										
			65歳以上										

コメント

--



# 参 考 資 料

## ～リーフレット・ポスター等～

- 「次の症状のある場合はすぐに避難所職員へお知らせください」
  - トイレの清掃手順「みんなのトイレ みんなできれいに 気持ちよく」
  - 個人防護具の装着方法  
「手袋の外し方・マスクのつけ方・エプロンの外し方」
  - 「避難所の感染症は予防が大切！！」
  - 「インフルエンザにご注意！」
  - 「咳エチケットしていますか？」
  - 「感染性胃腸炎（特にノロウイルス）に注意しましょう」
  - 「できていますか？正しい手洗い」
  - 「ノロウイルスに注意！！ ▶ 消毒液の作り方 ▶ 患者のふん便・おう吐物の処理」
  - 「破傷風についてのお知らせ」
  - 避難所でまん延しやすい感染症について
- ☆ （参考）災害時、ボランティアの感染症予防～予防接種について～



**次の症状がある場合はすぐに  
避難所職員にお知らせください**

- 熱（38度以上）がある，または熱っぽい
- 咳，鼻水，のどの痛みなどがある
- 体がだるい，寒気，頭痛，関節痛，筋肉痛などがある
- 首がかたい感じがしたり，痛かったりする
- 体にぶつぶつ（発疹）が出ていて，  
かゆみや痛みがある
- 唇や口の周りにぶつぶつ（発疹）が出ていて，  
痛みがある
- 下痢便（水のような便，柔らかい便，形のない便，  
噴出するような便など）が出た
- おなかが痛く，便に血がまざっている
- 吐いた，または吐き気がする
- 目が赤く，目やにが出ている
- 傷などがあり，うみがでたり，赤かったり，  
腫れていたたり，痛かったりする



トイレをきれいに使っていただき、ありがとうございます!

# みんなのトイレ みんなできれいに 気持ちよく



トイレ前には、速乾性アルコール手指消毒薬を設置して、手指衛生を行いましょう。

**用意する物** 使い捨て手袋・ゴム手袋、マスク、ほうき、ちりとり、バケツ、トイレタワシ、消毒薬(ハイターなど)、トイレ掃除シート・新聞紙や布等、ゴミ袋

## 清掃手順

- 1 マスクと使い捨て手袋(ゴム手袋<sup>\*1</sup>)を着用する
- 2 トイレのドアを開け、風通しを良くする
- 3 ほうきで床をはく
- 4 汚物の入ったゴミ袋を交換する
- 5 バケツの水で消毒薬(ハイター等)を希釈する。[ハイターの場合はバケツの水1杯(約5ℓ)にキャップ4杯位(約20cc)]
- 6 ドアノブ、手すり、水洗レバー、タンク、フタ、便座、便器の外側、タイル(床)等の順で、消毒薬を薄めた布等をひたし、しっかりしぼってからふく<sup>\*2</sup>
- 7 複数のトイレの掃除を行う際は、各々の環境を清掃してから、便器の清掃をまとめて行う。
- 8 便器の内側は、消毒薬<sup>\*3</sup>(トイレハイター、ドメスト、サンポールなど原液)をかけ、2~3分後にこすらずに水で流す(汚れには、トイレタワシ等を用いる)
- 9 手袋をはずし、なくなっているトイレトーパーを補充する
- 10 清掃が終わったら、手洗い<sup>\*4</sup>をする



※1 消毒薬の原液やタワシ・ブラシなどを用いる際には、厚手のゴム手袋が望ましい。

※2 清掃時に使う布や紙は、便器と、その他の清潔部位は分けて使うこと。

※3 塩素系消毒薬(トイレハイター、ドメスト)、塩酸系消毒薬(サンポール)などがある。

※4 水道が復旧していない場合には、速乾性アルコール消毒薬を用いる。

## 消毒薬を使う際の注意

1. 有毒ガスが発生するため、酸と塩素系は決して混ぜて使用しないこと。
2. 消毒薬を希釈するペットボトルは専用と明記し、誤って飲むことがないように注意する。

## ◇手袋の外し方

①手首に近い縁の外側をつかむ



②手袋の内側が表になるように外す



③手袋を着用している手で外した手袋を握る



④手袋の、手首の内側に指を入れる



⑤握っている手袋に覆いかぶせるように、内側が表になるように外す



⑥廃棄し、手洗いをする



## ◇マスクのつけ方

①ヒダが下向きになるように装着する



②あごまで覆うようにヒダを伸ばす



③ノーズワイヤーを押さえ、鼻の形に合わせる



④口・鼻が覆われ、頬などに隙間がないよう調整する





## ◇エプロンの外し方

①両手で首にかけてた紐の部分を握る



②紐を切る



③腰紐を結んだまま内側が表になるように上から下へ折る



④裾を握り、内側から腰紐の高さまで下から上へ持ち上げ、折り込む



⑤手前に引いて腰紐を切る



⑥廃棄し、手洗いをする



# 避難所の感染症は予防が大切！！

まずは手洗い、マスク着用、咳エチケットから



- 食事の前、トイレの後はよく手を洗いましょう。



みずであらう



せっけんをつける



ゆびさきと  
つめのあいだを  
あらう



おやゆびと  
てのひらを  
あらう



てくしも  
あらう



ハンカチやタオル、  
ペーパータオルでふく

- 咳・くしゃみをする時は、ティッシュペーパー等で口と鼻を押さえ、周りの人から顔をそむけましょう。

- 使用後のティッシュペーパーは、すぐにゴミ箱に捨てましょう。

- 避難所で配られた食事は、保存せず、すぐ食べましょう。

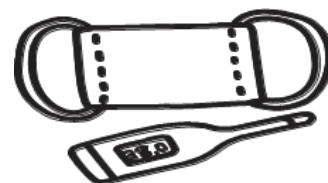
- 避難所の水については、避難所係員に飲用を確認してから飲みましょう。

- おむつは、所定の場所に捨てましょう。

- 吐物（とぶつ）の処理は、素手で行わないようにしましょう。



## 症状があるときは・・・？



- 咳が出る時は、軽い症状でもマスクを着用しましょう。

- 次の症状があるときは、できるだけ早めに医師や保健師等に相談し、医療機関を受診しましょう。

熱っぽい、咳がでる、痰（たん）が黄色くなっている、嘔吐（おうと）、下痢、息苦しい、呼吸が荒い、顔色が悪い、ぐったりしている等



避難されている皆さまへ

# インフルエンザにご注意！

毎年、秋から春にかけてインフルエンザの流行シーズンを迎えます。

## ★インフルエンザの症状

	風邪	インフルエンザ
症状	鼻水やのどの痛みなどの局所症状。	38℃以上の発熱やせき、のどの痛み、全身の倦怠感や関節の痛みなどの全身症状
流行の時期	一年を通しひくことがあります。	1月～2月に流行のピーク。ただし、4月、5月まで流行することもある。

- ・乳幼児や高齢者は重症化しやすいため注意が必要です。
- ・発症後3～7日はウイルスが排出されます。

## ★予防するには

飛沫感染、接触感染と言った感染経路を絶つことが大切です。

- ・人が多く集まる場所から帰ってきたときには手洗いを心がけましょう。
- ・アルコールを含んだ消毒液で手を消毒するのも効果的です。
- ・普段からの健康管理も重要です。栄養と睡眠を十分にとり、抵抗力を高めておくこともインフルエンザの発症を防ぐ効果があります。

また、予防接種も重要です。

- ・予防接種は発症する可能性を減らし、もし発症しても重い症状になるのを防ぎます。


※咳エチケットをしましょう。詳しくは裏面をご覧ください


インフルエンザの**症状がある方は、施設職員や巡回看護師・保健師に申し出てください。**

また、できるだけ早く、医療機関で診察を受けてください。





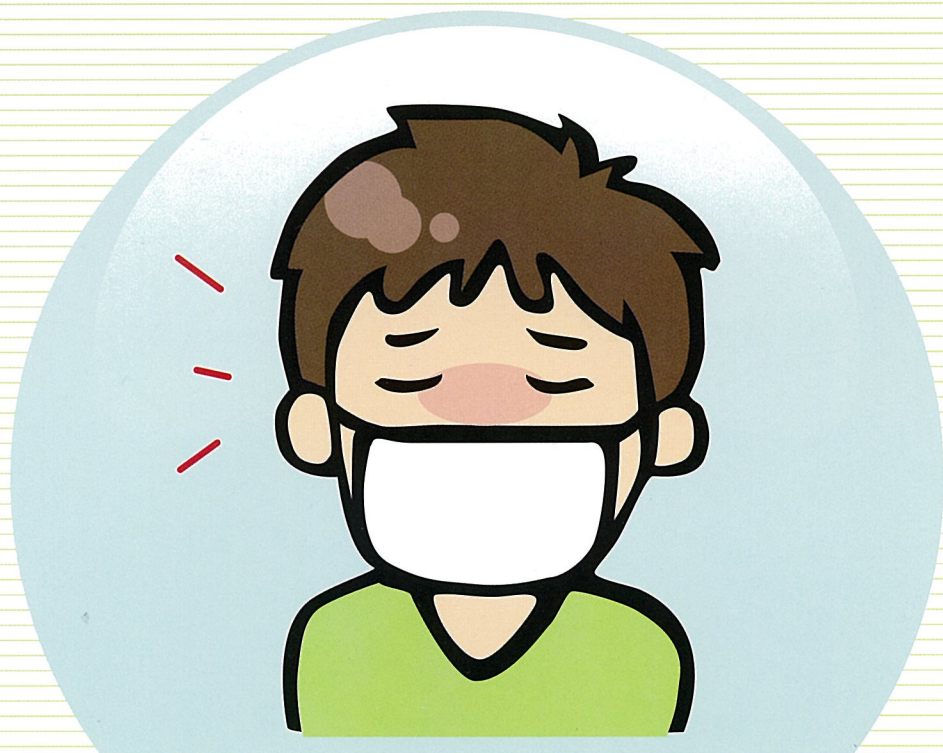
○せき・くしゃみをするときは  
ハンカチやティッシュで  
口と鼻をおおい、他の人から  
顔をそむけましょう 


○鼻水・痰などを含んだティッシュは、  
すぐに**ゴミ箱へ捨てましょう**  
○ツバや鼻水が手についたら  
**手を洗いましょう** 




風邪・インフルエンザなどの流行を防ぐために…

# 咳エチケットしていませんか？



○せき・くしゃみなどがでたら  
他の人にうつさないため  
**マスクをしましょう** 

○十分に栄養や睡眠をとり、  
**体力や抵抗力を高めましょう**   
○人混みへの**外出を控えましょう**



インフルエンザ  
予防のために  
できること

- 外出後のうがいや手洗いを日常的に行いましょう。
- ワクチン接種を希望される方は、お近くの医療機関にご相談下さい。





## 感染性胃腸炎（特にノロウイルス）に 注意しましょう

例年、特に秋から冬にかけて感染性胃腸炎（ノロウイルス）が流行します。

### ★ノロウイルスとは

- ウイルスが付いた食物を食べたり、手や指についたウイルスが口から体に入ることによって感染します。また、飛沫感染などで人から人へ直接感染する場合があります。
- ウイルスに感染すると、1～2日間の潜伏期間の後、下痢、嘔吐、吐き気、腹痛、発熱などの症状が現れます。
- 通常は数日で回復しますが、体力のない子供や高齢者は重症化することがありますので注意が必要です。
- 回復して症状がなくなった後も、しばらくの間はウイルスが便と共に排泄されます。

### ★予防するには

- 外出後、食事の前、トイレの後などには必ず石けんで手を洗いましょう。
- ウイルスが口から入ることによって感染します。しっかり加熱調理されたものを食べましょう。
- 嘔吐物等には触らず、スタッフに片づけを頼んでください。

**※正しい手洗い方法は裏面をご覧ください**

下痢・嘔吐・吐き気・腹痛などの**症状がある方は、施設職員や巡回看護師・保健師に申し出てください。**

また、できるだけ早く、医療機関で診察を受けてください。



# できていますか？ 正しい手洗い

新型インフルエンザを含む  
感染症予防の基本は**手洗い**です！



## 手洗いの方法

- 手を洗うときは、時計や指輪をはずす。
  - 爪は短く切っておく。
  - 流水で手を十分に濡らす。
  - 水を止めてから液体石けん等を用い、洗い残しの多い部位（指先、指の間、手首および親指の付け根）に注意して、約20秒程度手指全体を強くこすり合わせる。
  - 手の高さは腕より低くして、指先から水が落ちるように流水で十分にすすぐ。
  - すすぐときに、水が衣類や床に飛びはねないようにする。
  - 洗い終わったら、ペーパータオルなどを用いて、両手を完全に乾かす。
  - 水道の栓は、できるだけ直接手で触らないようにして閉める（手の再汚染を防止するため）。
- ※手洗い後、ハンドクリーム等の保湿剤を使用するなどして手荒れ対策にも気をつけましょう。



# ノロウイルスに注意!!

冬季はノロウイルスが流行します。

ノロウイルスは、口から体内に入り感染します。

日ごろから、**外出後、調理前、食事前、トイレ後**などには、必ず**液体石けんで手を洗う**習慣を身につけて感染を予防しましょう。

また、二次感染を防ぐため、**患者のふん便やおう吐物の処理にあたっては、使い捨ての手袋及びマスクを着用する**など十分注意をしてください。加えて、**汚物を処理した後は、液体石けんでしっかり手を洗うとともに、うがい**もしましょう。

**感染予防の基本は「手洗い」です。**  
**液体石けんを用い、30秒以上洗いましょう。**



## ▶ 感染の原因

- (1) ウイルスに汚染された二枚貝などを、生あるいは十分に加熱しないで食べた。
- (2) 食品を取り扱う人(家庭で調理を行う人も含まれます。)が感染していて、その人を介して、ウイルスで汚染された食品を食べた。
- (3) 患者のふん便やおう吐物から二次感染した。  
★家庭や共同生活施設など、ヒト同士が接触する機会の多いところでヒトからヒトへ直接感染するケースも多いと言われています。

## ▶ ノロウイルスに感染すると？

潜伏時間(感染してから発症するまでの時間)は、約12～48時間、主な症状は、吐き気・おう吐・下痢・腹痛で、発熱は軽度です。

通常、これらの症状が1～2日続いた後、治ります。後遺症もありません。感染しても発症しない場合もあります。

なお、ノロウイルスは、何度も感染します。

症状が消えても数日、長い人で1ヶ月近く、ウイルスがふん便とともに排泄されます。

子どもやお年寄りなど抵抗力が弱い人は、特に注意してください。

## ▶ ノロウイルス感染の予防や拡大を防ぐ方法

- (1) とにかく石けん(液体石けんがおすすめ)で手をよく洗う。  
★外出後、調理前、食事前、トイレ後には、必ず石けんでしっかり手を洗いましょう。
- (2) 患者のふん便やおう吐物には、直接触れない。  
★患者のふん便とおう吐物には、大量のウイルスが含まれています。ノロウイルスは少量(10～100個程度)でも、手などを介して感染します。ふん便やおう吐物は使い捨ての手袋及びマスクなどを着用して処理しましょう。
- (3) 汚染された場所や衣類などを消毒する。
- (4) カキやアサリなど二枚貝の加熱調理(食品の中心部で85～90℃で90秒間以上)を徹底する。

## ▶ 消毒方法の目安

- (1) 熱湯あるいは蒸気消毒……………85℃以上で1分以上
- (2) 塩素系消毒剤(次亜塩素酸ナトリウム) ……0.02%(200ppm)又は0.1%(1000ppm) ▶約10分

※塩素系消毒剤は、消毒対象物(裏面参照)によって濃度を変えて使用してください。

※塩素系消毒剤には、商品としてピューラックス、ミルトンなどがあります。なお、代用品として塩素系漂白剤(商品名:ハイター、ブリーチなど)も使えます。

※塩素系消毒剤を使って、手指などの体の消毒をすることは絶対にしないでください。また、塩素系消毒剤に酸性物質を混ぜると有毒ガスが発生し、大変危険ですので注意してください。

詳しくは最寄りの保健所へおたずねください。また、感染症や食の安全に関する情報は下記HPでご覧いただけます。

**感染症に関する情報** ▶ <http://www.pref.ibaraki.jp/hokenfukushi/eiken/idwr/>

**食の安全に関する情報** ▶ <http://www.shoku.pref.ibaraki.jp>

## ▶ 消毒液（次亜塩素酸ナトリウム希釈液）の作り方

市販の塩素系消毒剤や漂白剤は、6%くらいの濃度（使用前に表示確認）です。空ペットボトル（2ℓ）などを用い、消毒液が簡単に作れます。

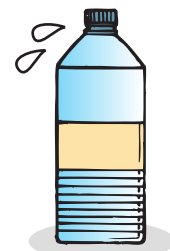
### ● 0.02%（200ppm）次亜塩素酸ナトリウムの作り方

★ペットボトルのキャップ1杯は約5mlです。

原液が6%の場合

ペットボトルキャップ2杯弱の原液を水で2ℓに希釈する。

➡ 食器、衣類などの消毒に用いてください。  
ただし、色落ちに注意してください。



### ● 0.1%（1000ppm）次亜塩素酸ナトリウムの作り方

原液が6%の場合

ペットボトルキャップ8杯強の原液を水で2ℓに希釈する。

➡ ふん便やおう吐物などの汚物を除去した後用いてください。

★消毒液を作る際は、手袋を着用してください。消毒液は冷暗所に保管し、子どもなどが触れないよう注意してください。

★時間が経つにつれ効果が薄れますので、使用するたびに調整して下さい。

## ▶ 患者のふん便・おう吐物の処理

- 1 準備品**
- 使い捨て手袋
  - マスク
  - エプロン
  - ふき取るための布やペーパータオル
  - ビニール袋
  - 消毒液（次亜塩素酸ナトリウム）など

- 2 使い捨ての手袋とマスク、エプロンを着用する。**



### トイレが汚染された場合の消毒

- 3** ふん便で汚染された便座や床は、0.1%次亜塩素酸ナトリウムを十分しみ込ませた使い捨ての布やペーパータオルでふく。量が多い場合は、使い捨ての布やペーパータオルでふき取り、その後、次亜塩素酸ナトリウムを十分しみ込ませた布やペーパータオルなどでふいて（同一面でこすると汚染を拡げるので注意）消毒する。

- 4** 使用した布などは、すぐにビニール袋に入れて処分（この際、ビニール袋に0.1%次亜塩素酸ナトリウムをしみ込む程度に入れておく）する。その後、手をウイルスで汚染しないよう手袋をはずして（外側を内にする）、ビニール袋に入れて処分する。終了後、しっかりと手洗い、うがいを行う。

### おう吐物の処理

- 3** おう吐物は使い捨ての布やペーパータオルなどで外側から内側に向けて、ふき取り面を折り込みながら静かにぬぐい取る。

- 4** 使用した布やペーパータオルなどは、すぐにビニール袋に入れる。

- 5** おう吐物が付着していた床とその周囲を、0.1%次亜塩素酸ナトリウムを十分しみ込ませた布やペーパータオルなどでおおい消毒（次亜塩素酸ナトリウムは鉄などの金属を腐食するので、ふき取って10分程度たったら水ぶき）する。

じゅうたんなど脱色する物の消毒には、水ぶき後、スチームアイロンの使用も有効です。

- 6** 処理後は、手袋をはずしてしっかりと手洗い、うがいを行う。手袋は、使用した布やペーパータオルなどと同じようにビニール袋に入れて処分する。

### 留意事項

- ・ 汚物の処理時とその後しばらくは、大きく窓を開けるなどして換気してください。
- ・ 汚物処理のために着用したエプロンなどの着衣は、すみやかに熱湯などで消毒してください。
- ・ 汚物を処理した後、48時間程度は感染（発症）の有無に注意してください。もし、感染が疑われるような場合には、医師の診察を受けてください。

# 破傷風についてのお知らせ

破傷風は、けがの傷口が土などで汚れていると感染します。

●土の中には破傷風菌が存在しています。外傷を負い、傷口から破傷風菌が侵入した場合に、破傷風に感染することがあります。

破傷風とは？

どんな症状が出るの？

- 感染すると、3～21日後になって、全身のこわばりや筋肉のけいれんが起こります。
- はじめは、顎や首の筋肉のこわばりや口があけにくくなり、こわばりが全身に広がることもあります。重症の場合は死に至ることもあります。

傷口に土が付いたり、がれき等でけがをした場合には、傷口をよく洗い、医師の診察を受けましょう。

●外傷を負い、土などで汚染された場合には、速やかに傷口を洗浄してください。

●万一、けがをして3週間くらいの中に破傷風の症状がみられたら、すぐに医療機関を受診してください。

もし感染したら？

ワクチンはある？

- 40代以上の方は免疫が十分ではありません。
- 破傷風の予防接種を受けることで、接種開始後2ヶ月程度で免疫をつけることができます。
- 特にけがをしやすい作業に従事する方は、予めワクチンを接種すると効果的です。

被災地で作業をする際には十分ご注意ください。





## 避難されている皆さまへ

被災地では、衛生状態が悪化し、感染症がまん延しやすい状況にあります。

手洗い・手指消毒・マスクの着用など感染症予防を心がけてください。

### 風邪・インフルエンザ等の呼吸器感染症

- 咳・くしゃみをする時は、周りの人から顔をそむけましょう。
- 咳が出るときは、マスクを着用しましょう。
- 外から帰った際は、手洗いまたは手指消毒をしましょう。

### レジオネラ症

- レジオネラ菌は、河川・土壌などに広く存在するため、災害後のがれきの撤去作業等で吸入し感染する恐れがあります。
- 特に、高齢者での発生が多く、重症化すると死亡する場合がありますので、注意が必要です。
- 作業を行う際には、マスクを着用するなどして予防しましょう。

### レプトスピラ症

- 病原性レプトスピラを保有しているネズミ、イヌ、ウシ、ウマ、ブタなどの尿で汚染された下水や河川、泥などに触れることによって、またそれらに汚染された飲食物を摂取することで感染します。
- 汚染の疑われる場所には近づかないようにしましょう。
- ペットなどに触れた後や排泄物を処理した後には、手洗いまたは手指消毒を行ってください。

### ノロウィルス等感染症

- 食事の準備や食事の前、トイレの後はよく手を洗いましょう。手を洗えない場合は手指消毒で代用しましょう。
- 排泄物や吐物、おむつの処理は、素手で行わないようにしましょう。汚染されたものの消毒は、塩素系の消毒剤(ハイターなど)を使用してください。



◆避難所等における集団生活中には、さまざまな感染症の発生が懸念されます。感染症予防を心がけて下さい。

## 風邪等の呼吸器感染症

- 咳・くしゃみをする時は、周りの人から顔をそむけましょう。
- 咳が出る時は、軽い症状でもマスクを着用しましょう。
- 外から帰った際は、手洗いまたは手指消毒をしましょう。



## 破傷風

- 破傷風は、けがの傷口が土などで汚れていると感染しますので、被災地で作業をする際には、十分ご注意ください。
- 傷口に土が付いたり、がれきや釘などでけがをした場合には、傷口をよく洗い、医師の診察を受けましょう。
- 万が一、けがをして3週間くらいの間に、顎や首の筋肉のこわばり、口が開けにくいなど、破傷風の症状がみられたら、すぐに医療機関に受診してください。

## レジオネラ症

- レジオネラ菌は、河川・土壌などに広く存在するため、災害後のがれきの撤去作業等で吸入し感染する恐れがあります。
- 特に、高齢者での発生が多く、重症化すると死亡する場合がありますので注意が必要です。
- 作業を行う際は、マスクを着用するなどして予防しましょう。

## ノロウイルス等感染性胃腸炎

- 食事の準備や食事の前、トイレの後はよく手を洗いましょう。手を洗えない時は手指消毒で代用しましょう。
- 排泄物や吐物・おむつの処理は、素手で行わないようにしましょう。汚染されたものの消毒は、塩素系の消毒剤（ハイターなど）を使用してください。

(作成：茨城県保健福祉部)



# (参考) 災害時 ボランティアの感染症予防 ～予防接種について～

感染症を被災地に持ち込まない、および自身が罹患しないために、ボランティアの方が現地へ入る場合、以下の点について注意を呼びかけましょう。

- 体調が悪い場合は、ボランティアの延期を検討する必要があります。
- ワクチンで予防できる疾患に関しては、母子健康手帳などでワクチン接種歴を確認し、望ましいと考えられるワクチンについては、可能な限り接種してから現地に向かうことが推奨されます。

優先順位：高◎、中○、低△

	ワクチン名	備考
◎	インフルエンザワクチン	
◎	麻疹・風疹混合ワクチン	罹ったことがなく、2回の接種が終了していない場合
○	破傷風トキソイドワクチン	※創傷を負う可能性がある作業に従事する場合は接種を強く推奨 ※特に45歳以上では免疫を持っている人が少ないので接種を推奨 ※45歳未満で、小児期にDPT,DTワクチンの接種を受けている方は、過去10年以内に接種を受けていなければ、1回の追加接種を推奨
○	A型肝炎ワクチン	特に60歳未満では免疫保有者が少なく、接種を推奨
△	水痘・おたふくかぜワクチン	罹ったことがなくワクチンを受けていない場合は、接種を検討

- 現地での健康管理には、各自で十分注意していただき、体調の悪い時は、健康管理者などに告げて現場を離れ、受診するなどの対応が必要です。（被災された方々に感染を拡大させないためにも重要です。）
- 森林や草地等に入る場合、ダニ媒介性疾患の感染の可能性があるため、長袖、長ズボン及び足を完全に覆う服装をして肌の露出を少なくすることが重要です。
- 咳エチケット（マスクの着用、咳き込むときに口を覆うことなど）、飲食前、トイレ後の手指衛生など（速乾性のアルコール製剤、アルコール綿の小パッケージなどの持参を推奨）、可能な限りの感染症予防策を心掛ける必要があります。

「厚生労働省防災業務計画」（平成 29 年 7 月）

第 2 編 災害応急対策

第 2 章 保健医療に係る対策

第 8 節 防疫対策

1 被災都道府県・市町村は、「災害防疫実施要綱」（昭和 40 年 5 月 10 日衛発第 302 号各都道府県知事・各指定都市市長あて厚生省公衆衛生局長通知）により策定された防疫計画に基づき、以下の点に留意しつつ、災害防疫活動を実施する。

(1) 被災都道府県は、災害発生時の生活環境の悪化、被災者の病原体に対する抵抗力の低下等の悪条件下に備え、管内市町村に対する迅速かつ強力な指導を徹底し、感染症流行の未然防止に万全を努めること。

(2) 夏場に災害が発生した場合や大雨や台風による河川の増水により洪水の発生が想定される場合には、衛生状態の悪化や汚染地域の拡大により、防疫に必要な器具機材等が不足することも想定されるため、被災都道府県は、近隣都道府県に対する応援要請を検討し、必要に応じ、速やかな応援要請を行うこと。

(3) 冬場に災害が発生した場合には、インフルエンザが避難所において流行することが考えられるため、被災都道府県は、手洗いの励行、マスクの活用とともに、十分な睡眠の確保、清潔維持などを心がけることについて、被災者に対して注意喚起を行うこと。

(4) 避難所は、臨時に多数の避難者を収容するため、衛生状態が悪化し、感染症発生の原因となる可能性があることから、簡易トイレ等の消毒を重点的に強化すること。

また、施設の管理者を通じて衛生に関する自主的組織を編成するなど、その協力を得て防疫に努めること。

(5) 被災都道府県・市町村は、避難所等における衛生環境を維持するため、必要に応じ、日本環境感染学会等と連携し、被災都道府県・市町村以外の都道府県及び市町村に対して、感染対策チーム（ICT）の派遣を迅速に要請すること。

(6) 被災都道府県・市町村は、保健医療に係る災害応急対策を実施している本部等に、感染症に関する十分な知見を有する医師等を常駐させるよう努めること。

(7) 被災都道府県・市町村は、迅速に、避難所における衛生状態、防疫対策の実施状態等を把握し、保健医療に係る災害応急対策を実施している本部等に情報を集約させるよう努めること。