

P T A活動における 新型コロナウイルス感染症対応ガイド

2020 年 8 月 11 日

公益社団法人 日本 P T A 全国協議会

もくじ

はじめに	2
新型コロナウイルス感染症（COVID-19）とは	3
感染防止対策	4
会議・研修会等を行う場合（運営者が気をつけること）	5
会議・研修会等を行う場合（参加者が気をつけること）	6
手指の洗い方・手指消毒の行い方	7
マスクの着用について・換気について	8
清掃・消毒について	9
参考資料	10
参考サイト	13

はじめに

2019年12月に中国・武漢市で報告された新型コロナウイルスは瞬く間に世界中に拡がり世界的な大流行を引き起こしています。日本国内でも非常事態宣言が発出されるなど大きな影響を受けています。依然として治療薬やワクチンは無く、今もなお、世界中で感染が拡大し、日本国内においても感染の拡大が続いています。

このウイルスの終息にはまだまだ時間がかかると言われています。そのため、しばらくの間はこのウイルスと共に生活することが必然となり、「新しい生活様式」に沿って感染防止対策を行いながら日々の活動をおこなうことが提唱されています。

感染の拡大を抑えるためには社会全体での取り組みが必要不可欠です。社会には様々な業種（団体）があり、異なる感染リスクを持っています。それぞれの業種がそれぞれの感染リスクを把握し対策を講じること、さらに、異なる業種間でその対策・情報について共有し好事例を活かしていくことが求められています。

日本PTAは社会教育関係団体として、感染防止に努めるとともに、その取り組みを社会で共有し活かしていくことを目指し、本ガイドを作成しました。

PTA活動は、住まう地域や参加人数によって様々で、その考え方も異なります。自治体でも捉え方が違います。この「PTA活動における新型コロナウイルス感染症対応ガイド」を参考にいただき、地元にあった対応を考え、そして情報交換を密に連携をとりながら活動にあたっていただければ幸いです。

なお、本ガイドは現段階での知見を基に作成されています。今後の感染状況や最新の知見により必要な見直しを適宜行います。

新型コロナウイルス感染症（COVID-19）とは

2019 年に発生した新型コロナウイルスによる感染症です。COVID-19「コビット - ナインティーン」とは **C**oronav**i**rus：コロナウイルス、**D**isease：疾病、20**19** 年を表しています。COVID-19 の原因ウイルスは SARS-CoV-2 です。

2019 年 12 月に中国武漢地方で原因不明の重篤肺炎が発生し、新型コロナウイルスが検出されました。2 月 11 日に WHO は新型コロナウイルス感染症を COVID-19 と命名し、ウイルス表記を SARS-CoV-2 としました。ウイルスは世界中に拡がり、3 月 12 日に WHO はパンデミック（世界的大流行）を宣言しました。

日本国内においては 1 月 16 日に国内初の肺炎患者が発生し、1 月 28 日に国の指定感染症に指定されました。その後、国内での患者数が増加し、4 月 7 日に 7 都府県に対し特別措置法に基づく緊急事態宣言が発出されました。4 月 16 日からは緊急事態宣言の地域を全国に拡大され、5 月 25 日に全国の緊急事態宣言は解除されました。8 月現在、再び、全国で感染者の増加が報告されています。

COVID-19 感染経路

人から人へ感染します。

- 接触感染：人→人、人→物→人と接触することによりウイルスがうつる。
- 飛沫感染：咳やくしゃみを浴びてうつる。
※マイクロ飛沫による感染：大声で話すとマイクロ飛沫ができ、空気中に 20 分ほど漂う。（NHKと日本感染症学会の実験より）
- SARS-CoV-2 ウイルスは段ボールの表面で 24 時間、プラスチックの表面で 72 時間生存します。（Neeltje van Doremalen et al., “Aerosol and Surface Stability of SARS-CoV-2 as Compared with SARS-CoV-1.” *The NEW ENGLAND JOURNAL of MEDICINE*, April 8, 2020）
- 国内で感染が確認された方のうち 80%の方は他の人に感染させていません。（新型コロナウイルス感染症対策専門家会議の見解（3月2日））

COVID-19 症状

・発熱 ・咳 ・息苦しさ ・疲労感 ・悪寒 ・筋肉痛 ・頭痛
・喉の痛み ・味覚障害 ・嗅覚障害 ・吐き気 ・下痢

- 全く無症状の方もいます。
- 感染から発症までは 1～12.5 日、多くは 5～6 日とされています。（厚生労働省：新型コロナウイルスを防ぐには 2 月 17 日改訂版）。

感染防止対策

◎ 「新しい生活様式」の遵守を基本とする

- 小まめな手洗い・手指消毒
- マスクの着用
- 毎日の体調管理
- 定期的な換気
- 定期的な清掃・消毒作業
- 身体的距離の確保

○ ウイルスを持ち込まない（感染源を持ち込まない）

- 入室時（活動開始時）に手洗い・手指消毒を行う。
- 発熱や、風邪のような症状がある時は活動に参加しない。

○ ウイルスを持ち帰らない（感染経路を断つ）

- 活動中は、小まめな手洗い・手指消毒を行う。
- マスクを着用し、飛沫感染を防止する。
- 定期的な換気を行い、マイクロ飛沫による感染を防止する。
- 定期的な清掃・消毒作業を行い、ウイルスを除去する。
- 清掃・消毒作業はマスク、手袋等の防護をし、終了後は手洗い・手指消毒を行う。
- 2 m（最低 1 m）の身体的距離を確保し、接触感染を防止する。
- 退出時（活動終了時）に手洗い・手指消毒を行う。

○ 社会の一員として（感染の拡大を抑える）

- 感染防止行動に努める。
- 参加者の記録を行う。
- 参加者から感染者が出た場合、保健所の調査に協力する。
- 参加者登録アプリを活用し、感染者（濃厚接触者・感染経路）の特定へ協力する。
- ウイルス付着が疑われるゴミはビニール袋に入れ密閉し廃棄する。
- リモートや Web 配信などを活用し、人が集まらない方法も活用する。
- フェイク・デマに流されない。情報の取り扱いには十分注意する。
（誤った情報は感染を拡大させることがあるため）
- 感染者やその家族等への誹謗中傷、偏見、差別の根絶に努める。
（感染者への迅速な治療のため。感染が疑われる患者さんが安心して検査、治療を受けられるために）

会議・研修会等を行う場合（運営者が気をつけること）

【事前準備】

- ☐ Web 配信などの人が集まらない方法も検討する。
- ☐ 開催場所（ホテル・ホール等）の感染防止対策が十分に行われていることを確認する。
- ☐ 参加人数に対して十分余裕のある部屋を予約する。（新しい生活様式に沿って開催）
- ☐ （窓のない）ホール等を借りる場合は建物の換気について施設管理者に確認し、適切な措置を講ずる。（1人：30 m³/h の確保）
- ☐ 参加者へは、マスクの着用・体調が悪い場合は参加出来ないこと・感染者が出た場合、当協議会は保健所の調査に協力すること・参加者登録アプリを活用し感染者（濃厚接触者・感染経路）の特定に協力していただくことを事前に伝える。
- ☐ 発熱や体調不良者が発生した時のため、会場を管轄する相談機関（保健所等）を把握しておく。
- ☐ 会議内容を精査し速やかに行えるよう心がける。
- ☐ 参加者の席順について決めておく。
- ☐ マスクの予備（複数枚）、手指消毒剤・清掃用消毒剤、手袋、ゴミ袋を用意する。

【当日準備】

- ☐ 事前準備の参加者はマスクを着用、手洗い・手指消毒をする。
- ☐ 窓と窓の反対側の扉を開ける。（会議中も）
- ☐ 事前準備は最低限の人数で距離をとって行う。
- ☐ 事前に消毒作業を行う。（マスク、手袋等の防護必須）
- ☐ 参加者の出入り口に手指消毒剤を用意する。
- ☐ マスクの予備を用意する。
- ☐ 参加者の席の間隔を 2 m 以上（最低 1 m）空けて設定する。（対面は避ける）
- ☐ 発熱や体調不良者が発生した場合の隔離場所を確保する。（対応についても確認）
- ☐ ゴミ袋等を設置し、ゴミの管理をする。

【会議・研修等】

- ☐ 受付担当者はマスク、フェイスガード（アイガード）等の感染予防を行う。
- ☐ 参加者の入場時には体調についての確認、手指消毒のお願い、マスク着用のお願いをする。
- ☐ 発熱や体調のすぐれない方の参加はご遠慮いただく。
- ☐ 参加者の座る席を指定し、どこにだれが座ったのかを把握しておく。
- ☐ 入場の際は間隔を空けて移動出来るように誘導する。（適宜、入口と出口を分けることも検討）
- ☐ マイクを使用する場合はマイク（ヒト）→消毒→マイク（ヒト）とする。

【終了後】

- ☐ 退場の際は間隔を空けて移動出来るように誘導する。
- ☐ 退場時も手指消毒をお願いする。
- ☐ 近距離での会話や接触を避け各自速やかに退出、帰宅していただくよう促す。
- ☐ 清掃・消毒作業（防護必須）を行う。（適切なごみ処理）
- ☐ 手洗い。手指消毒を行う。

会議・研修会等に参加する場合（参加者が気をつけること）

【事前準備】

- ☐ 日々の体調管理を行う。（記録が望ましい）
- ☐ 開催場所（ホテル・ホール等）の感染防止対策が十分に行われていることを確認する。
- ☐ 参加人数と開催規模等を確認する。（新しい生活様式が遵守されているか）
- ☐ 運営側の感染予防について確認する。
- ☐ 感染者が出た場合に保健所の調査に協力できるよう準備する。
- ☐ 参加者登録アプリを登録し、感染者（濃厚接触者・感染経路）の特定に協力出来るよう準備する。
- ☐ 参加中（移動先）に発熱や体調不良を発症した時のために、参加先の相談機関（保健所等）について事前に把握しておく。
- ☐ 発言内容等を整理し速やかに行えるよう準備する。
- ☐ マスクの予備を用意する。
- ☐ 携行手指消毒剤を用意し、移動中も使用できるようにする。

【当日～移動～会議・研修等】

- ☐ 一日の行動について記録する。
- ☐ 体調の確認を行う。
- ☐ 発熱や体調のすぐれない場合は欠席する。
- ☐ マスクを着用する。
- ☐ 携行手指消毒剤を携行し、移動中も適宜使用する。
- ☐ 特に出先では様々なコンタクトポイント（ドアノブやエレベーターのスイッチ等）へ触れることが多いため、小まめな手洗いと小まめな手指消毒を行う。
- ☐ 混んでいる場所は避ける。
- ☐ （移動）車内では人と人との距離が近くなるため会話は出来るだけ控える。
- ☐ 移動先でも換気に気を付ける。
- ☐ 入場の際は間隔を空けて余裕をもって移動する。
- ☐ 入場時には体調についての確認に協力する。
- ☐ 入場時に手指消毒をする。
- ☐ マイクを使用する場合はマイク（ヒト）→消毒→マイク（ヒト）とする。
- ☐ 会場（参加先）で発熱や体調不良が現れた場合は速やかに会場の責任者に伝える。
- ☐ 移動先で発熱や体調不良が現れた場合は速やかに相談機関（事前に把握しておく）に問い合わせ、指示に従う。（自己判断は行わない）

【終了後】

- ☐ 退場の際は間隔を空けて余裕をもって移動する。
- ☐ 退場時も手指消毒をする。
- ☐ 近距離での会話や接触を避け速やかに退出、帰宅する。
- ☐ 帰宅後すぐに手洗い、手指消毒、着替え、シャワーを浴びる等により自宅にウイルスを持ち込まないようにする。

手指の洗い方

- ① 腕時計や指輪を外す
- ② 手指を水で濡らす
- ③ せっけん液を適量手の平にとる
- ④ 手の平と手の平をこすり合わせよく泡立てる
- ⑤ 手の甲をもう片方の手の平でもみ洗う(両手)
- ⑥ 指を組んで両手の指の間をもみ洗う
- ⑦ 親指をもう片方の手で包みもみ洗う(両手)
- ⑧ 指先をもう片方の手の平でもみ洗う(両手)
- ⑨ 両手首までもみ洗う
- ⑩ 流水でよくすすぐ
- ⑪ ペーパータオルでよく水気をふき取る
- ⑫ ペーパータオルで蛇口を閉める

- ウイルスのエンベロープ（膜）をせっけん液で破壊しウイルスを死滅させる。
- 水洗いのみでも効果はあるため、せっけんが無い場合は水洗いのみで行う。
- ウイルス残存率は、水洗い 15 秒で 1 %、60 秒せっけん洗い 15 秒すすぎで 0.001% （森功次他：感染病学雑誌、80:496-500, 2006）



こすり合わせる



甲を洗う



爪を洗う



指の股を洗う



親指の付け根を洗う



手首を洗う

手指消毒の行い方

- ① 腕時計や指輪を外す
- ② 消毒液を適量手の平にとる
- ③ 手の平と手の平をこすり合わせる
- ④ 指先をもう片方の手の平でこする(両手)
- ⑤ 手の甲をもう片方の手の平でこする(両手)
- ⑥ 指を組んで両手の指の間をこする
- ⑦ 親指をもう片方の手で包みねじりにする(両手)
- ⑧ 両手首までこする
- ⑨ 乾くまでこすり合わせる

- 手指消毒剤はアルコール濃度 60%～95%のものが推奨です。

マスクの着用について

① 表裏の確認。

- マスクの説明に従って表裏を正しく着用する。

② 鼻とマスクの隙間を作らないように密着させる

- ノーズフィットを鼻の形状にあわせるように曲げる。

③ マスクを顎の下まで伸ばして装着する

- 少し強めの呼吸でもずれないことを確認する。

④ マスクを外す際は紐にのみ触れて外す

- マスク表面には触れない。

⑤ 使い終わったマスクはビニール袋に入れ密閉し廃棄する

- マスクを触った後は手洗い・手指消毒をする。

○ 換気が良く、他人との距離を十分にとれる場所では、マスクを外し休憩し、体への負担を軽減する。

- 心拍数、呼吸数、体感温度が上昇するなど、身体に負担がかかることがある。

○ 運動など体に負荷がかかる時はマスクを外す。

○ 屋外で他人との距離が2 m以上ある場合はマスクを外す。

○ 脱水に気づきにくくなるため小まめに水分補給する。

- マスクにより喉の渇きが少ないため、身体の水分不足に気づきにくくなる。

× 顎にマスク

- 顎に付着したウイルスがマスクの内側に付いてしまう。

× 鼻だしマスク

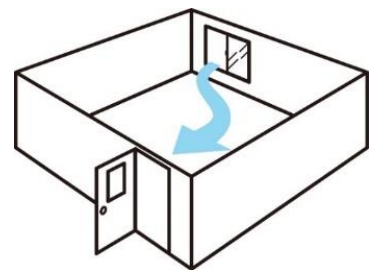
- 鼻からウイルスが侵入する。くしゃみ時は鼻から飛沫が飛ぶ。

× マスクの表面に触れる

- マスクの表面は汚れているため触らない。

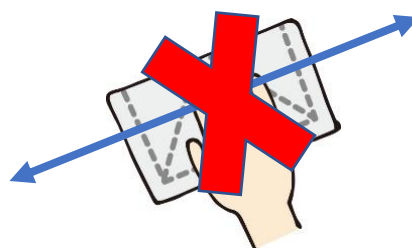
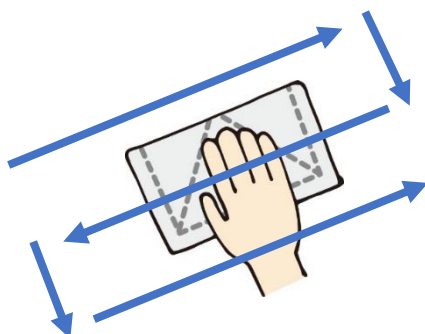
換気について

- マイクロ飛沫による感染を防ぐために密閉空間を作らない。
- 窓やドアを閉める場合は30分に1回以上は換気をする。
- 出来るだけ窓やドアを閉めずに密閉空間を作らない。
- 窓と反対側の扉（窓）の2か所を開けて空気の流れを作る。
- 窓のない部屋や、窓の開閉ができない場合は出入り口を開け換気を行う。
- 換気扇など換気装置は常に作動させておく。
- エアコンは部屋内の空気の循環のみであるため換気していることにはならない。（一部換気機能あり）
- 窓を開けてエアコンを使用する場合、設定温度を下げず熱中症に気をつける。
- イベント等で窓のないホール等を借りる場合は建物の換気について施設管理者に確認し、適切な措置を講ずる。（1人：30 m³/hの確保（厚生労働省：「換気の悪い密閉空間」を改善するための換気の方法 3月30日））



清掃・消毒について

- マスクや手袋等の感染防護をする。
- 使い捨て環境清拭クロス等を使用し拭く。
- ゴミは袋に入れ密閉する。
- コンタクトポイント（皆がよく触る場所）を重点に拭く。
 - ドアノブ、スイッチ、机・・・
- 清掃順序
 - 上から下
 - 奥から手前
 - 綺麗な方から汚れている方へ
 - 常に一方通行
- 机の拭き方
 - ○ S字に吹く
 - × 往復ワイパー方式は行わない



- 会議や研修会等の通常使用においては、壁や床の消毒は不要。
- バケツの消毒液を使う場合（環境清拭クロスが無い場合）※薬剤の作り方は参考資料参照
 - タオルを複数枚用意する。
 - オフロケーション方式（汚れたら新しいものに取り換える）で行う。
 - 消毒液の中にウイルスを入れない。
 - タオル→消毒液→拭く→使用済みへ 新しいタオル→・・・
 - × タオル→消毒液→拭く→消毒液→拭く→・・・
 - 次亜塩素酸ナトリウムを使う場合は水拭きを行う。
 - 次亜塩素酸ナトリウムで金属を拭くと変色する場合があるため注意する。
 - 次亜塩素酸水を使用する場合は参考資料参照。
- 清掃に使用したマスク・手袋等はビニール袋に入れ密閉し廃棄する。
- 清掃作業後は手洗い・手指消毒を行う。

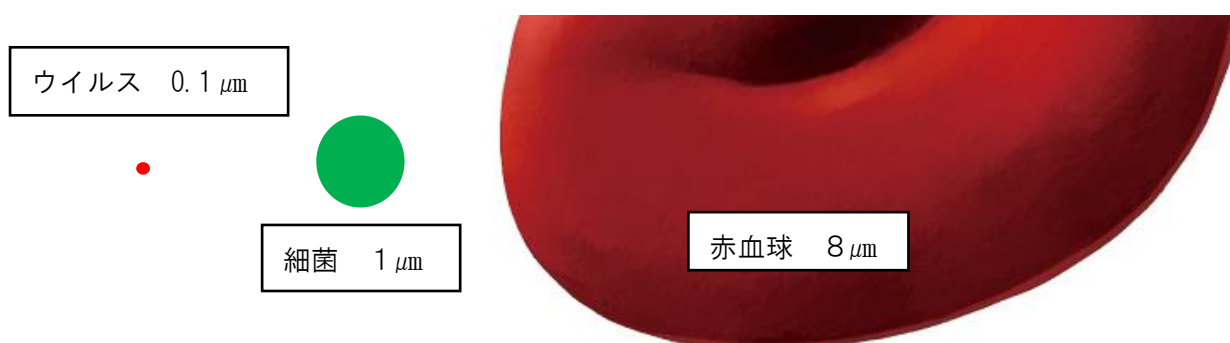
参考資料

感染症とは

- 体内に侵入した病原体によって症状がでる病気

病原体の種類

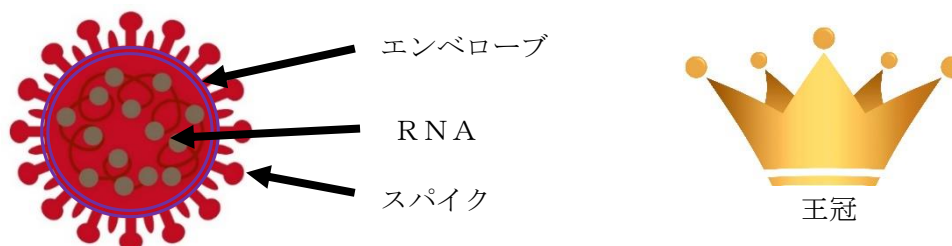
- ウイルス：自分で細胞を持たないため他の細胞に入り生きていく（ $0.1\ \mu\text{m}$ 程度）
- 細菌：単細胞生物。栄養源があれば複製し増えていくことができる（ $1\ \mu\text{m}$ 程度）
- 真菌：カビの総称（ $7\ \mu\text{m}$ 程度）
- 寄生虫：寄生生物のうち動物に分類されるもの



コロナウイルスとは

直径が約 $100\ \text{nm}$ ($0.1\ \mu\text{m}$) で表面には $20\ \text{nm}$ 程の突起があり、その見た目が王冠（ギリシャ語でコロナ）に似ていることからその名前がつけられました。

エンベロープ（脂質二重膜）の中に RNA のゲノムがあり、表面にはスパイク（タンパク質の突起）があります。



ヒトに感染するコロナウイルスは現時点で 7 種類確認されています（国立感染症研究所資料を基に作成）

ウイルス名	病名	発生（年）	発生地域	宿主動物
HCoV-229E	風邪	毎年	世界で蔓延	ヒト
HCoV-OC43				
HCoV-NL63				
HCoV-HKU1				
SARS-CoV	SARS	2002～2003	中国広東省	キクガシラコウモリ
MERS-CoV	MERS	2012～	中東地域	ヒトコブラクダ
SARS-CoV-2	COVID-19	2019～	中国武漢市	調査中

乗り物の乗車で気をつけること

- 接触感染防止のために混雑（車両）を避ける。
- 飛沫感染防止のためマスクを着用する。
- マイクロ飛沫による感染については換気が優れているためリスクが低い。

＜空気が入れ替わるまでの時間＞（国土交通省：各公共交通機関における感染症対策等に関する情報）

- 航空機 3 分
- 新幹線、特急車両 6～8 分
- 通勤型鉄道車両（窓開け）. . . 5～6 分
- 観光バス（窓閉め）. 5 分
- 路線バス（窓開け）. 3 分

マスクの有効性

世界保健機関（WHO）は症状がある人に限定してマスクの着用を推奨してきましたが、6 月 5 日に WHO は指針を改定し、流行地や人同士の距離をとることが難しい場合は他人に感染させないためにマスクの着用を推奨しました。また、アメリカ疾病予防管理センター（CDC）も 4 月 3 日に改訂し、マスクの着用を推奨し、医療用マスクの不足を防ぐため、一般市民には医療用ではない布マスクの着用を推奨しました。これらは新たな研究結果である「発症前の無症状の時から周囲にうつしている」というデータからです。日本でも「新しい生活様式」として、無症状でも人との距離が十分取れない場合はマスクの着用が推奨されています。

マスクの種類

- 家庭用マスク
 - ガーゼタイプ：洗って繰り返し使える。（保湿効果あり）
 - 不織布タイプ：花粉症流行により現在の主流タイプ。（フィルター性能により各種あり）
- 医療用マスク
 - ガーゼマスク：洗って繰り返し使える。（保湿効果あり）
 - サージカルマスク：不織布タイプ。
 - N95：アメリカ労働安全衛生研究所（NIOSH）で定められた規格で、0.3 μm 以上の微粒子を 95%以上遮断する機能のあるマスク。
- 産業用マスク
 - 防塵、防毒等様々なタイプがある。

新型コロナウイルス感染症の感染防止用マスクとして家庭用マスクを使用することが推奨されています。

新型コロナウイルスに有効な消毒・除菌方法

(厚生労働省・経済産業省・消費者庁特設ページより 最終更新日：6月26日)

● 手指用

- せっけん・ハンドソープによる手洗い
- アルコール（60%～95%）

● 物品用

- アルコール（60%～95%）
- 熱水（80度のお湯で10分間）
- 塩素系漂白剤等（次亜塩素酸ナトリウム 0.05%以上）
- 家庭用洗剤等（界面活性剤・第4級アンモニウム塩）
 - ☐ 住宅・家具用洗剤は製品に記載された使用方法に従って使用する
 - ☐ 台所洗剤は100分の1に薄めて使用する
 - ☐ 水500mlに台所用洗剤小さじ1杯（5g）を混ぜる
 - ☐ 洗剤の成分表で有効成分を確認する

＜洗剤の有効成分＞

- ・ 直鎖アルキルベンゼンスルホン酸ナトリウム（0.1%）
- ・ アルキルグリコシド（0.1%）
- ・ アルキルアミノオキシド（0.05%）
- ・ 塩化ベンザルコニウム（0.05%）
- ・ 塩化ベンゼトニウム（0.05%）
- ・ 塩化ジアルキルジメチルアンモニウム（0.01%）
- ・ ポリオキシエチレンアルキルエーテル（0.2%）
- ・ 純石けん分（脂肪酸カリウム）（0.24%）
- ・ 純石けん分（脂肪酸ナトリウム）（0.22%）

➤ 次亜塩素酸水

- ☐ （拭き掃除用）有効塩素濃度 0.008%以上（ジクロロイソシアヌル酸ナトリウム等の粉末を水に溶かして使う場合は0.01%以上）（元の汚れがひどい場合は0.02%以上）のもので、汚れをあらかじめ落とし、十分な量の次亜塩素酸水でモノの表面をヒタヒタに濡らし、少し時間をおき（20秒以上）、きれいな布やペーパーで拭き取る。
- ☐ （流水でかけ流す場合）有効塩素濃度 0.0035%以上のもの、汚れをあらかじめ落とし、流水で20秒以上かけ流し、きれいな布やペーパーで拭き取る。

学校における感染防止対策

文部科学省は学校における新型コロナウイルスに関連する感染症対策として『学校における新型コロナウイルス感染症に関する衛生管理マニュアル～「学校の新しい生活様式」～』を示しています。その中の「家庭との連携」の項で、学校内での感染防止には家庭の協力が不可欠であり、家庭内においても「新しい生活様式」の実践をお願いすると共に、PTAと連携し保護者の理解を得ながら学校と家庭が協力していくことが重要であることが示されています。

- 学校における新型コロナウイルス感染症に関する衛生管理マニュアル～「学校の新しい生活様式」～
https://www.mext.go.jp/a_menu/coronavirus/mext_00029.html

【情報サイト】

世界保健機関（WHO） <https://www.who.int/>

アメリカ疾病予防管理センター（CDC） <https://www.cdc.gov/>

内閣府 <https://www.cao.go.jp/>

厚生労働省 <https://www.mhlw.go.jp/>

経済産業省 <https://www.meti.go.jp/>

国土交通省 <https://www.mlit.go.jp/>

文部科学省 <https://www.mext.go.jp/>

東京都 <https://www.metro.tokyo.lg.jp/>

東京都保健福祉局 新型コロナウイルス感染症にかかる相談窓口について

<https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/iryo/kansen/coronasodan.html>

国立感染症研究所 <https://www.niid.go.jp/niid/ja/>

一般社団法人 日本公衆衛生学会 <https://www.jsph.jp/>

一般社団法人 日本渡航医学会 <https://plaza.umin.ac.jp/jstah/index2.html>

一般社団法人 日本環境感染学会 <http://www.kansensho.or.jp/>