

インフルエンザ・ノロウイルス対策について

1 趣旨

大流行が懸念される「(新型)インフルエンザ」「ノロウイルス」の予防と集団感染の防止を目的とする基本的な指針とする。

2 インフルエンザ予防(感染防止)の対策

(1) 感染の実際

【飛沫感染】咳やくしゃみなどに含まれるウイルスを鼻や口から吸い込んで感染する。

※咳やくしゃみのしぶき(飛沫)は約2m飛びます。

【接触感染】ウイルスが付着したもの(ドアなど)を触った手で、口や目などの粘膜に触れることで感染する。

(2) 予防(感染防止)のために

① 咳エチケットを心がける

- 咳・くしゃみが出たら、他の人にうつさないためにマスクを着用する。
- マスクがない場合は、ティッシュなどで口と鼻を押さえ、周りの人から顔をそむけて1m以上離れる。
- 使用したティッシュは、すぐにゴミ箱に捨て、手を丁寧に洗う。
- 周囲にマスクをせずに咳をしている人がいたらマスクの着用をお願いする。

② マスク着用の徹底

・不織布マスク1日1枚使い捨てが理想。マスク表面には触れない。

③ 頻繁な手洗い

・石けんを使って15秒以上洗い、清潔なタオルなどで水を十分拭き取る。
・状況によってはアルコール手指消毒剤の使用や、流水での手洗いも可。

④ うがいの励行

・外出後は手洗いと共に必ずうがいをする。

3 ノロウイルス予防(感染防止)の対策

(1) 感染の実際

○ノロウイルスが蓄積した、カキなどの二枚貝を十分に火を通さずに食すと感染する。

○感染者の便や嘔吐物に含まれるノロウイルスが口に入り込み感染する。ノロウイルスは乾燥することで空気中に舞い上がり直接口に入ることもある。

また、調理器具などを介してノロウイルスが付着した食品を食べることで感染する。

(2) 予防(感染防止)のために

① 頻繁な手洗い

・特にトイレの後や食事の前。石けんを使い十分泡立てて手を洗う。
・手洗いタオルの使い回しは厳禁。個人用の準備を。
・感染者が出た場合など、蛇口が汚れている場合もある。手洗い時に蛇口を洗うか、手洗い後は直接触れない工夫をする。

② 調理での対策

・二枚貝の取り扱い。生食用を選ぶ、または十分な加熱。(食品の中心部85℃以上で1分以上)
・調理器具の十分な殺菌、使い回しをしない。
・調理者の体調管理、手袋の使用、手洗いの徹底。

③ 嘔吐物や排せつ物の処理

・処理する際は、マスク、ビニル手袋、エプロンを着用する。また、十分な換気を。
・乾燥する前に静かに素早く拭き取る。
・0.1%次亜塩素酸ナトリウム(薄めた洗濯用漂白剤など)で消毒する。

④ 掃除の徹底

十分な拭き掃除。状況によっては定期的な消毒を。

4 感染時の対策

(1) (新型)インフルエンザの感染

① 潜伏期間は1～7日間

② 症状(ウイルスによって変わる可能性有り, 最新の情報に注意して下さい。)

- ・急な発熱(38～40度)
- ・咳や鼻水, 全身のだるさ, 頭痛, 筋肉痛, 関節痛, 下痢など
- ・有症状期間は3～7日間程度

③ 症状が出たときの行動

- ・保健所等の相談センターや医療機関と連絡を取り, 受診する。

※連絡先や受診できる医療機関については, 実行委員会事務局が最新の情報を提供する。

(2) ノロウイルスの感染

① 潜伏期間は1～2日間

② 症状

- ・嘔吐と下痢が主な症状。人により発熱や腹痛を伴うこともある。
- ・感染しても全員発病するわけではなく, 軽いかぜ症状ですむ人もいる。

③ 症状が出たときの行動

- ・医療機関に受診し, その指示で回復を待つ。
- ・感染拡大を防止するため, 入浴, 洗濯, 掃除等十分な対策を取る。

(3) 宿舎や大会実施本部へ連絡。

○都道府県の責任者又は監督・引率者はインフルエンザ・ノロウイルスの感染について, 大会実施本部へ連絡する。

○宿舎では, 調理や衛生面などの対策を取り, 2次感染の防止に努める。

○実施本部では, 保健所や医療機関と連絡をとり, 正確な情報収集を行うと共に, 各選手団への情報提供を行う。

また, 関係諸機関との連携し, 必要に応じて組織委員会を開催し, 以後の大会運営について協議, 決定する。