

日付: _____

氏名: _____

新型コロナウイルス感染症対策チェックリスト

項	目	確認
感染防止のための基本的な対策		
(1) 感染防止のための3つの基本:①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い		
	・人との間隔は、できるだけ2m(最低1m)空けるようにしている。	はい・いいえ
	・会話をする際は、可能な限り真正面を避けるようにしている。	はい・いいえ
	・外出時、屋内にいるときや会話をするときに、症状がなくてもマスクの着用をするようにしている。	はい・いいえ
	・手洗いは30秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗うようにしている。(手指消毒薬の使用も可)。	はい・いいえ
(2) 三つの密の回避等の徹底		
	・三つの密(密集、密接、密閉)を回避する行動について理解し、職場以外も含めて回避を徹底するようにしている。	はい・いいえ
	・普段からマスク着用や咳エチケット(咳や発声の際には袖やハンカチ等で口を覆う)に努め、職場以外も含めて徹底するようにしている。	はい・いいえ
	・こまめな換気について理解し、徹底するようにしている。	はい・いいえ
(3) 日常的な健康状態の確認		
	・出勤前に体温を確認するようにしている。	はい・いいえ
	・出社時等に、日々の体調(発熱やだるさを含む風邪症状の有無、味覚や嗅覚の異常の有無等)を確認している。	はい・いいえ
	・体調不良時には正直に申告しやすい雰囲気があり、体調不良の際は勤務しないようにしている。	はい・いいえ
(4) 一般的な健康確保措置		
	・長時間の時間外労働を避けるなど、疲労が蓄積しないようにしている。	はい・いいえ
	・十分な栄養摂取と睡眠の確保について理解し、意識するようにしている。	はい・いいえ
(5) 「新しい生活様式」の実践例で示された「働き方の新しいスタイル」の取組状況について		
	・「テレワークやローテーション勤務」を取り入れている。	はい・いいえ
	・「時差通勤でゆったりと」を取り入れている。	はい・いいえ
	・オフィスの人口密度を減らした「オフィスはひろびろと」を取り入れている。	はい・いいえ
	・「会議はオンライン」を取り入れている。	はい・いいえ
	・「名刺交換はオンライン」を取り入れている。	はい・いいえ
	・「対面での打合せは換気とマスク」を取り入れている。	はい・いいえ
感染防止のための具体的な対策		
(1) 基本的な対策		
	・①換気の悪い密閉空間、②多くの人が密集、③近距離での会話や発声の「3つの密」を同時に満たす行事等を行わないようにしている。	はい・いいえ
	・上記「3つの密」が重ならなくても、リスクを低減させるため、出来る限り「ゼロ密」を目指している。	はい・いいえ
(2) 換気の悪い密閉空間の改善		
	・職場の建物の窓が開く場合、1時間に2回程度、窓を全開にしている。	はい・いいえ
	・電車等の公共交通機関の利用に際し、窓開けに協力するようにしている。	はい・いいえ
(3) 多くの人が密集する場所の改善		
	・業態に応じて可能な範囲で出勤を抑制するように努めている。	はい・いいえ
	・電車やバス等での他人との密着を防ぐため、時差通勤、自転車通勤、自家用車通勤などの活用を図っている。	はい・いいえ
	・テレビ会議やWeb会議の活用等により、人が集まる形での会議等をなるべく避けるようにしている。	はい・いいえ
	・対面での会議やミーティング等を行う場合は、マスクの着用を原則とし、人との間隔をできるだけ2m(最低1m)空け、可能な限り真正面を避けるようにしている。	はい・いいえ
	・職場外(バスの移動等)でもマスクの着用や、換気、人との間隔を取る等、三つの密を回避するよう努めることとしている。	はい・いいえ

項 目	確認
(4) 接触感染の防止について	
<ul style="list-style-type: none"> ・物品・機器等(例:電話、パソコン、デスク等)や治具・工具などについては、複数人での共用をできる限り回避している。どうしても共用する場合には使用前後での手洗いや手指消毒を徹底している。 	はい・いいえ
<ul style="list-style-type: none"> ・事業所内で触れることがある物品、機器、治具・工具等について、こまめに消毒を実施することとしている。 ※人がいる環境に、消毒や除菌効果を謳う商品を空間噴霧して使用することは、眼、皮膚への付着や吸入による健康影響のおそれがあることから推奨されていません。 	はい・いいえ
(5) 近距離での会話や発声の抑制	
<ul style="list-style-type: none"> ・職場では、同僚を含む他人と会話する際には、大きな声を出さずに距離をなるべく保持するようにしている。 	はい・いいえ
<ul style="list-style-type: none"> ・外来者、顧客、取引先との対面での接触や会話をなるべく避けるようにしている。 	はい・いいえ
<ul style="list-style-type: none"> ・どうしても1m以内で会話する必要がある場合は、15分以内に留めるようにしている。 	はい・いいえ
(6) 共用トイレの清掃等について	
<ul style="list-style-type: none"> ・トイレの蓋を閉めて汚物を流すようにしている。 	はい・いいえ
<ul style="list-style-type: none"> ・設置されているペーパータオルを使用するか、個人ごとのタオルを準備している。 	はい・いいえ
(7) 休憩スペース等の利用について	
<ul style="list-style-type: none"> ・一度に休憩する人数を減らし、対面で食事や会話を控えるようにしている。 	はい・いいえ
<ul style="list-style-type: none"> ・休憩スペースでは常時換気することに努めている。 	はい・いいえ
<ul style="list-style-type: none"> ・休憩スペースへの入退室の前後に手洗い又は手指の消毒をしている。 	はい・いいえ
<ul style="list-style-type: none"> ・社員食堂での感染防止のため、座席数を減らす、座る位置を制限している、マスクを外したままの談笑を控えるよう注意している、昼休み等の休憩時間に幅を持たせている、などの工夫をしている。 	はい・いいえ
<ul style="list-style-type: none"> ・社員食堂では感染防止のため、トンゴやポットなどの共用を避けている。 	はい・いいえ
<ul style="list-style-type: none"> ・喫煙所では同時に利用する人数を減らし、手指消毒後に十分乾いてから喫煙するようにし、会話をせず喫煙後は速やかに立ち退くようにしている。 	はい・いいえ
(8) ゴミの廃棄について	
<ul style="list-style-type: none"> ・鼻水、唾液などが付いたゴミ(飲用後の紙コップ、ビン、缶、ペットボトルなどを含む)は、ビニール袋に入れて密閉して縛ることとしている。 	はい・いいえ
<ul style="list-style-type: none"> ・ゴミを回収する人は、マスク、手袋、保護メガネを着用することとし、作業後は必ず石けんと流水で手洗いをする事としている。 	はい・いいえ