

## 新型コロナウイルス感染予防対策ガイドライン

2020年6月1日

メトロ電気株式会社

### 1. 健康確保

- ・出勤前に体調の思わしくない者は無理をせずに有給休暇を使用する。
- ・勤務中に体調が悪くなった場合は、必要に応じ帰宅し、自宅待機とする。
- ・発熱などの症状により自宅療養することになった場合は、毎日健康状態を確認し、症状に改善が見られない時は、医師や保健所へ相談する。
- ・濃厚接触の可能性がある場合や同居家族が感染した場合は、有給休暇を使用または在宅勤務とする。

### 2. 通勤／勤務

- ・各部門2班（A班／B班）に分けて1日おきの出社／在宅勤務を基本としながら、取引先状況に合わせて臨機応変に対応する。
- ・出社の際は部門内で調整のうえ、時差出勤を利用し満員電車を回避する。
- ・営業における在宅勤務日については自宅を拠点として顧客訪問を行う。
- ・始業時、休憩後を含め、定期的な手洗いを徹底する。
- ・必要に応じて、手指消毒液を使用する。
- ・勤務中はマスクを着用する。
- ・室内の換気を定期的に行う。（窓が開く場合1時間に2回以上）
- ・外勤は公共交通機関のラッシュの時間帯を避け、人混みに近づかないようにする。
- ・出張は、地域の感染状況に注意し、不急の場合は見合わせる。
- ・会議はオンライン（Teams TV会議等）を活用する。
- ・会議を対面で行う場合は、マスクを着用し、換気に留意する。また、近距離や対面に座らないように工夫する。

### 3. 設備／器具

- ・ドアノブ、電気のスイッチ、手すり、エレベーターのボタン、ごみ箱、電話、共有のテーブル・椅子などの共有設備については、頻繁に消毒を行う。
- ・トイレに蓋がある場合は、蓋を閉めてから汚物を流すようにする。

### 4. オフィスへの立ち入り

- ・取引先等を含む外部関係者の立ち入りについては、必要性を含め検討し、立ち入りを認める場合には、当該者に対して、従業員に準じた感染防止対策を求める。

## 5. 日常生活

- ・新型コロナウイルス感染症対策専門会議が発表している「『新しい生活様式』の実践例」(資料①)を意識して生活する。
- ・公共交通機関や図書館など公共施設を利用する際は、マスクの着用、咳エチケットの励行、車内など密閉空間での会話をしないなどの対策をする。

## 6. 感染者が確認された場合の対応

- ・従業員の感染が確認された場合は、保健所、医療機関の指示に従う。
- ・感染者の行動範囲を踏まえ、感染者の勤務場所を消毒し、同勤務場所の従業員に自宅待機させることを検討する。
- ・借用ビル内で同居する他社の従業員で感染が確認された場合は、保健所、医療機関およびビル貸主の指示に従う。

以上

### 【参考文献】

一般社団法人 日本経済団体連合会 (2020年5月14日)  
「オフィスにおける新型コロナウイルス感染予防対策ガイドライン」

# 「新しい生活様式」の実践例

## (1) 一人ひとりの基本的感染対策

### 感染防止の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。
- 遊びにいくなら**屋内より屋外**を選ぶ。
- 会話をする際は、可能な限り**真正面を避ける**。
- 外出時、屋内にいるときや会話をするときは、**症状がなくてもマスク**を着用
- 家に帰ったらまず**手や顔を洗う**。できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
- 手洗いは30秒程度**かけて**水と石けんで丁寧に**洗う（手指消毒薬の使用も可）

※ 高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

### 移動に関する感染対策

- 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
- 帰省や旅行はひかえめに。出張はやむを得ない場合に。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。
- 地域の感染状況に注意する。

## (2) 日常生活を営む上での基本的生活様式

- まめに**手洗い・手指消毒**
- 咳エチケットの徹底
- こまめに換気
- 身体的距離の確保
- 「**3密**」の回避（**密集、密接、密閉**）
- 毎朝で体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養



## (3) 日常生活の各場面別の生活様式

### 買い物

- 通販も利用
- 1人または少人数ですいた時間に
- 電子決済の利用
- 計画をたてて素早く済ます
- サンプルなど展示品への接触は控えめに
- レジに並ぶときは、前後にスペース

### 娯楽、スポーツ等

- 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- 筋トレやヨガは自宅で動画を活用
- ジョギングは少人数で
- すれ違うときは距離をとるマナー
- 予約制を利用してゆったりと
- 狭い部屋での長居は無用
- 歌や応援は、十分な距離かオンライン

### 公共交通機関の利用

- 会話は控えめに
- 混んでいる時間帯は避けて
- 徒歩や自転車利用も併用する

### 食事

- 持ち帰りや出前、デリバリーも
- 屋外空間で気持ちよく
- 大皿は避けて、料理は個々に
- 対面ではなく横並びで座ろう
- 料理に集中、おしゃべりは控えめに
- お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避けて

### 冠婚葬祭などの親族行事

- 多人数での会食は避けて
- 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

## (4) 働き方の新しいスタイル

- テレワークやローテーション勤務
- 時差通勤でゆったりと
- オフィスはひろびろと
- 会議はオンライン
- 名刺交換はオンライン
- 対面での打合せは換気とマスク

※ 業種ごとの感染拡大予防ガイドラインは、関係団体が別途作成