

冬の感染症を乗り切ろう！インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症対策

現状認識と基本の予防策

◆なぜこの時期に、対策が必要なのか？

冬は空気が乾燥し、ウイルスが活発になる季節です。

インフルエンザと新型コロナウイルス感染症は、症状が似ており、今冬も同時流行の懸念があります。

目的 ▶ 自分自身と、大切な家族・同僚を守るため。お互いの業務を止めず、お客様への影響を最小限にするため。

◆インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症、どう違う？

症状（発熱、咳、喉の痛み、倦怠感など）が似ており、自己判断は困難です。感染経路（飛沫・接触）も共通しています。

どちらか分からない前提で、「共通の予防策」を全員で徹底することが最も重要です！



感染予防の「5つの基本行動」

①予防接種【推奨】

インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症の早めの接種を検討しましょう。
予防接種は感染症の発症や重症化を防ぐ最も有効な手段の一つです。

②こまめな手洗い・消毒【徹底】

手洗い消毒によりウイルスを物理的に除去します。
例）外出後、食事前、PC・ドアノブなど共用物に触れた後など。

③定期的な換気【習慣化】

ウイルスの濃度を下げるために重要です。
職場や自宅で、1～2時間に一度は窓を開け、空気の入替えをしましょう。

④マスクの適切な活用【配慮】

医療機関訪問時、混雑した場所（電車・バスなど）での着用。
特に、咳やくしゃみが出る時、体調が万全でない時は「必須」と心がけましょう。

⑤免疫力を高める【基本】

ウイルスに負けない体づくりのため、「睡眠」「食事」「運動」の生活習慣を見直しましょう。

もしもの時と職場のルール

もし「体調が悪いな」と思ったら？～慌てず対応するための行動フローと会社のルール～

体調不良時のフロー

①無理は禁物！

発熱・咳・倦怠感など、少しでも異変を感じたら？

「自分だけは大丈夫」「風邪だろう」と自己判断せず、まずは休んで様子を見るようにしましょう。

②まずは上長に連絡

無理に出勤せず、速やかに上長に「体調不良のため休む旨」を連絡（電話、チャット等）してください。

③医療機関を受診・相談

かかりつけ医や地域の医療機関に電話相談の上、受診しましょう。

※受診の際は、医療機関の指示に従い、マスク着用などを徹底してください。

④診断結果を報告

診断が出たら速やかに「①診断名（インフルエンザ、コロナ等）」「②発症日（医師の診断による）」を上長および人事労務担当へ報告してください。（正確な出勤停止期間を管理し、職場内での感染拡大を防ぐためです。）

万が一感染したら？こんなときの対応は？（会社のルールとサポート）

	インフルエンザ	新型コロナウイルス
出勤停止期間の例	「発症した後5日を経過し、かつ、 解熱した後2日を経過するまで」	「発症した後5日を経過し、かつ、 症状が軽快した後1日を経過するまで」
休暇の扱い例	「特別休暇（有給）」または「病気休暇」を適用	「特別休暇（有給）」を適用
（補足）本人の希望により、年次有給休暇を充てることも可能		

◆ 長期で休むことになった場合

会社の特別休暇（有給）を使い切った後も療養が必要な場合、連続して4日以上休むなどの条件を満たせば、「傷病手当金」が支給される場合があります。不明点は、すぐに人事労務担当に相談してください。

◆ 家族が感染またはその影響を受けた場合

例 > 同居家族の看護が必要な場合、または感染症による休園・学級閉鎖でお子さんの世話が必要になった場合、以下の休暇が利用できます。
「子の看護等休暇」「介護休暇」※ 子の看護等休暇・介護休暇は法律で定められた休暇です（有給／無給は会社規定によります）。
「時間単位」（1時間ごと）での柔軟な取得が可能です。

対象：「病気・怪我」の看護だけでなく、「予防接種」や「感染症による休園・学級閉鎖」も含まれます。