

兵庫区医療介護 サポートセンター通信

発行：兵庫区医療介護サポートセンター
住所：〒652-0803 神戸市兵庫区大開通
1丁目1-1 神鉄ビル11階
Tel : 078-575-5711
Fax : 078-575-5712

新型コロナウイルス感染症拡大による未曾有の災禍の中、医療・介護関係者の皆様におかれましては、日々大変なご苦勞をされておられることと案じつつ、感謝しております。第4波が懸念される中、今回は「新型コロナウイルス感染症に関する情報」と「今年度の研修会予定」をお知らせいたします。

新型コロナウイルス感染症に関する情報

★新型コロナウイルス感染症 変異株への対策！★

個人の基本的な感染予防策は、3密（特にリスクの高い5つの場面）の回避、マスクの着用、手洗いなどが、これまでと同様に有効です。今までの対策をしっかり継続していきましょう！

感染リスクが高まる「5つの場面」

場面① 飲酒を伴う懇親会等

- 飲酒の影響で気分が興奮すると同時に注意力が低下する。
- また、聴覚が鈍麻し、大きな声になりやすい。
- 特に飲食などで区切られている狭い空間に、長時間、大人数が滞在すると、感染リスクが高まる。
- また、同じ飲みや箸などの共用が感染のリスクを高める。



場面② 大人数や長時間におよぶ飲食

- 長時間におよぶ飲食、接待を伴う飲食、深夜のはしご酒では、長時間の食事と比べて、感染リスクが高まる。
- 大人数、例えば5人以上の飲食では、大声になり飛沫が飛びやすくなるため、感染リスクが高まる。



場面③ マスクなしでの会話

- マスクなしで近距離で会話をすることで、飛沫感染やマイクロ飛沫感染での感染リスクが高まる。
- マスクなしでの感染源としては、登カゴやなどでの事例が確認されている。
- 車やバスで移動する際の中でも注意が必要。



場面④ 狭い空間での共同生活

- 狭い空間での共同生活は、長時間にわたり閉鎖空間が共有されるため、感染リスクが高まる。
- 駅の扉やトイレなどの共用部分での感染が疑われる事例が報告されている。



場面⑤ 居場所の切り替わり

- 仕事中の休憩時間に入った時など、居場所が切り替わると、気の流れや環境の変化により、感染リスクが高まることがある。
- 休館室、総務所、更衣室での感染が疑われる事例が確認されている。



厚生労働省「新型コロナウイルス感染症の“いま”に関する11の知識」（2021年2月時点）より

<https://www.mhlw.go.jp/content/000749530.pdf>

You Tubeで飛沫発生状況が配信されています！

★『新しいうがいエチケット』のご紹介★

うがいエチケットを世界に広めようプロジェクト

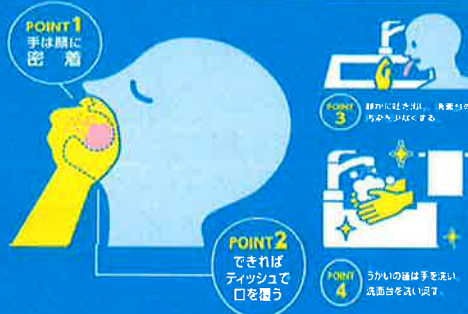
<https://www.ugai-etiquette.com> 発信元: 谷口泰造 谷口泰造 office@ugai-etiquette.com



ガラガラうがいは手で口をふさいで

正しいうがい方法で自分も周りの人も感染から身を守ろう！

通常のうがい、特にガラガラうがいでは多くの飛沫（エアロゾル）が空气中に放出され、洗面台、そこにある歯ブラシ、タオルを汚染するリスクがあります。それを使った人が接触感染を起こすかもしれません。家庭内、職場内感染が広がる中「自分にも人にも優しいうがいエチケット」を広げ、一人でも感染に悩む人を減らしたい。この方法を普及させることで、自分はもちろん家族を感染から守りたい。このような思いで、谷口泰造先生が立ち上げられたプロジェクトです。



【うがい方法】

- 1: 容器に水を入れる。
- 2: 水を口に含み、手で口をふさいでうがいをする。（ティッシュ、容器でふさいでもかまいません）
- 3: 口からの排液は静かに洗面台に流し、洗面台の汚染を少なくする。
- 4: 最後に、手を洗い、洗面台を水で洗い流す。

えっ!!
そうだったの!?

ガラガラうがいは多くの飛沫（エアロゾル）が空气中に放出され、洗面台、そこにある歯ブラシ、タオルを汚染するリスクがあります。

うがい時に発生する飛沫の量



通常のうがい

飛沫の量（うがい10秒間の水しぶき）

令和2年度はコロナ禍のため、いつもの参集型での研修会開催はなかなか行えませんでした。
また皆さまにおかれましても、参加すること自体を躊躇されておられたのではないかと思います。
令和3年度はオンライン研修を中心に開催を考えております。ぜひご参加ください！

研修会予定

対象：兵庫区の医療・介護関係の方



★ 在宅医療スキルアップセミナー

第6回 令和3年4月22日(木) 14:00~15:30 兵庫区文化センター (定員30名)

テーマ：「知っているようで知らない?!精神科訪問看護」

講師： 出口 隆子氏 (みなとがわ訪問看護ステーション)

第7回 令和3年6月24日(木) 14:00~15:30 オンラインZOOM (定員50名)

テーマ：「在宅医療における管理栄養士の役割 part2」

講師： 高島 里美氏 (まつだ内科 管理栄養士)

第8回 令和3年7月 土曜 午後予定 (現在調整中) オンラインZOOM (定員50名)

テーマ：「統合失調症を学ぶ(仮)」

講師： 白井 豊先生 (湊川病院 院長)

第9回 令和3年8月26日(木) 15:00~16:30 オンラインZOOM (定員50名)

テーマ：「多職種で支える難病患者の在宅生活~連携で大切なこと~(仮)」

講師： 山本 かよ氏 (訪問看護ステーション コネクト)

★ 兵庫区多職種連携のための事例検討会

第4回 令和3年7月(未定) (木) 14:00~15:30 オンラインZOOM (定員90名)

テーマ：「ICTを活用した多職種連携について(仮)」

皆様のご参加を
お待ちしております
ます♡

～ 令和3年度 予定している研修等 ～
(主にオンライン研修になります)

【在宅医療スキルアップセミナー】

- ・訪問リハビリテーション
- ・口腔内の問題へのアプローチ・摂食嚥下障害
- ・薬剤師の現状・地域連携薬局
- ・訪問診療：眼科、耳鼻咽喉科
- ・緩和ケア

【多職種連携のための事例検討会】

- ・家族支援

ZOOMの使用が初めての方、不慣れな方は、音声、画像等に問題ないか接続テストをさせていただきますので、お気軽にご連絡ください!!

ご案内状は研修会が近づきましたら、FAX、メール等でお送りさせていただきます!!

<編集後記>

新型コロナウイルス感染症の蔓延で、今までのような参集型での研修会や会議ができなくなり、使うことを考えたこともなかったオンラインで、毎回四苦八苦しながら研修や会議を行っています。まだまだしばらくはこの状況は続きそうですので、一緒に勉強しながら乗り越えていきましょう！
今後ともよろしくお願いいたします。

藤本・青山

