

新型コロナウイルス 感染リスク早見表

作成日 2020.7.27

感染しにくさの自己採点加算表

作成日 2020.7.27

《早見表の見方と使い方》

1. 感染リスクへ影響を与える主な要因は次の5つあり、これらの組合せで感染リスクが上下します。

- ①滞在している施設の形態(密閉、密集、密接の各度合)
- ②滞在している施設のウィルス濃度
- ③その施設への滞在時間
- ④予防(新しい生活様式の取入れ と 自然免疫力の向上)
- ⑤変異したウィルスの感染力

2. ウィルスが1粒体に入っただけで感染が成立するわけではありません。

そのためとりわけ自然免疫力を日頃から高めておくことが肝です。

3. 早見表には自己採点出来るよう配点が記載されています。

新しい生活様式と自然免疫力向上を合わせて満点は100点です。

新しい生活様式と自然免疫力の自己採点加算方法は次ページを参照⇒

感染しにくさ(100点満点)

=新しい生活様式(30点)
+
免疫力(70点)



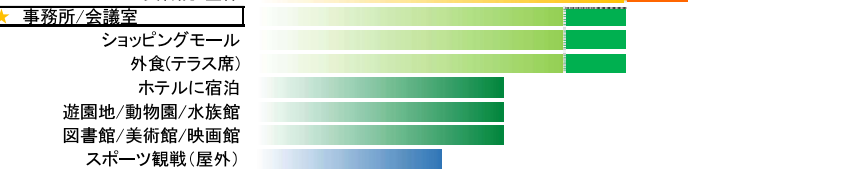
高リスク



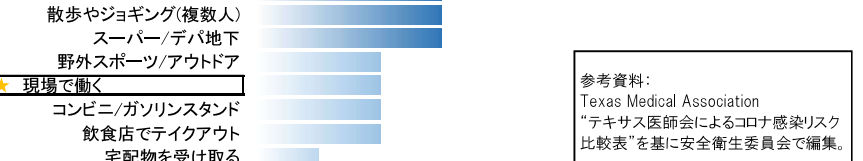
中リスク



低リスク



★ 現場で働く



参考資料:
Texas Medical Association
“テキサス医師会によるコロナ感染リスク
比較表”を基に安全衛生委員会で編集。

新しい生活様式を取り入れよう

30点満点

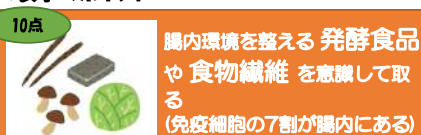


・基本は流水と石鹸で洗う
・手指消毒用アルコールによる消毒
(コロナウィルスは70%程度のアルコールに弱い)

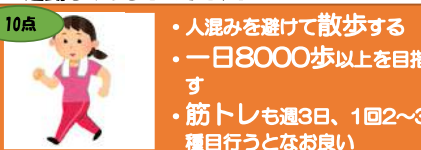
自然免疫を高めましょう

70点満点

★食事のポイント



★運動をするときのポイント



★生活のポイント



★笑顔のポイント

