

VIII 個人・家庭及び地域での対策に関する
ガイドライン

目次

第1章 始めに

1. 国・県・市町村の対策
2. 市民の協力

第2章 個人・家庭における取組

1. 新型インフルエンザ等の発生前（未発生期）の準備
2. 新型インフルエンザ等の発生時（海外発生期）以降の対応

第3章 地域における取組

1. 新型インフルエンザ等の発生前（未発生期）の準備
2. 新型インフルエンザ等の発生時（海外発生期）以降の対応

第1章 始めに

1. 国・県・市町村の対策

国においては、特措法に基づき総合的な新型インフルエンザ等対策の基本となる計画として政府行動計画を作成、公表している。さらに、公衆衛生、医療、社会対応等の各分野でガイドラインを作成し、詳細かつ具体的な対策を公表している。

県・市町村においては、国の行動計画等を踏まえ、地域の実情に応じた新型インフルエンザ等対策の行動計画を作成しており、これらはホームページ等で公表している。また、新型インフルエンザ等が発生した場合、発生国からの帰国者や患者との濃厚接触者であって、発熱・呼吸器症状等を有するものを対象とした者がアクセスすべき帰国者・接触者相談センター、帰国者・接触者外来についての情報も提供することとしている。

特に、市町村は、最も住民に近い行政主体であり、地域住民を支援する責務を有することから、住民に対する情報提供を行い、新型インフルエンザ等対策に関する意識啓発を図るとともに、新型インフルエンザ等の流行により孤立化し、生活に支障を来すおそれがある世帯（高齢者世帯、障害者世帯等）への具体的な支援体制の整備を進める必要がある。

2. 市民の協力

新型インフルエンザ等は、飛沫や接触等により人から人に拡がるため、市民一人一人が感染予防等に関する正しい知識を持ち、協力して、自分たちの家庭や地域を守る心構えが肝要である。

市は、市の行動計画における新型インフルエンザ等の発生段階に応じ、その状況や市民一人一人に求められる行動について広報を行うこととしている。これらを行うためには、テレビ、新聞等のマスメディアやインターネットによる情報収集が有力な手段であるが、居住地域の状況については、市が提供する情報が最も詳細なものである。主な公的情報源は、次のとおりである。

(1) 県及び市の情報

市は、県と連携して、ホームページ、SNS、相談窓口等を通して、地域の感染状況、新型インフルエンザ等に係る帰国者・接触者相談センターや帰国者・接触者外来に関する情報をその地域に提供する。

(2) 国の情報

国は、県及び市町村を通じて情報提供を行うほか、コールセンター等の相談窓口、

VIII 個人・家庭及び地域での対策に関するガイドライン

マスメディア等を通じて直接情報を提供する。

情報入手が困難なことが予想される外国人や視聴覚障害者等の情報弱者に対しても、受取手に応じた情報提供手段を講じることとしている。

また、市民においても、市の実施する集団的予防接種について、新型インフルエンザによる重症化や死亡を抑えるとともに、緊急事態宣言がされた場合、我が国の将来を守るという趣旨について理解するとともに、主体的に情報収集し、自ら接種の実施に協力すべきである。

第2章 個人・家庭における取組

1. 新型インフルエンザ等の発生前（未発生期）の準備

(1) 情報収集

ア 新型インフルエンザ等は、いつ出現するのか予測できず、また、起こったときの正確な状況も予測できない。重大な被害を受けることも想定し、市民一人一人ができる限りの準備をしておくことが大切であり、日頃から新型インフルエンザ等に関する情報に注意することが必要である。

イ また、新型インフルエンザ等やその感染対策に対する正しい知識を持つため、テレビ、新聞等のマスメディアやインターネットにより情報収集を行うとともに、居住地の状況については、市の提供する情報の収集に努める必要がある。

(2) 社会・経済活動に影響が出た場合への備え

ア 新型インフルエンザ等が発生した場合、まん延を防止するために、個人レベルにおける対策として、市は県内発生早期から、新型インフルエンザ等の患者等に対する入院措置や、患者等の濃厚接触者に対する感染を防止するための協力（健康観察、外出自粛の要請等）等の感染症法に基づく措置を行うとともに、マスク着用・咳エチケット・手洗い・うがい、人混みを避けること等の基本的な感染対策を実践するよう促すこととなる。さらに、緊急事態宣言がされている場合においては、主に県内発生早期において、必要に応じ、外出自粛要請を行うこととなる。

また、地域対策・職場対策としては、県内発生早期から、個人における対策のほか、職場における感染対策の徹底等の季節性インフルエンザ対策として実施されている感染対策をより強化して実施することとなる。また、緊急事態宣言がされている場合においては、主に県内発生早期において、施設の使用制限等の要請等を行うこととなる。

イ 病原性の高い新型インフルエンザ等が発生した場合、勤務先の企業や団体に対しては、必要に応じ、重要業務への重点化が要請されることも予想されるが、重要業務を継続する必要がある場合には事業所内での感染を防止するために、時間差勤務、交代勤務、在宅勤務、自宅待機などの様々な対策が講じられることになる。

ウ このため、例えば、子どもの通学する学校等が長期に休業になった場合、勤務時間が変更された場合等には、どのように家庭内で役割を分担し、生活を維持していくか等について、各家庭で検討しておくことが勧められる。

Ⅷ 個人・家庭及び地域での対策に関するガイドライン

(3) 家庭での備蓄

- ア 新型インフルエンザ等が海外で大流行した場合、様々な物資の輸入の減少、停止が予想され、新型インフルエンザ等が市内で発生した場合、食料品・生活必需品等の生産、物流に影響が出ることも予想される。
- イ このため、個人・家庭における対策として自助の視点は重要であり、最低限（2週間程度）の食料品・生活必需品等を備蓄しておくことが推奨される。また、食料品・生活必需品等の購入に当たって、買占めを行わないよう、消費者としての適切な行動をとることが求められる。（後述の備蓄例を参照）

(4) 医療へのアクセス

- ア 基礎疾患がある場合、新型インフルエンザ等に感染した場合に重症化する可能性がある。このため、基礎疾患を有する者は、特に感染予防を心がけるとともに、平時から主治医を定め、定期受診することや、新型インフルエンザ等に感染した時の対応について相談しておくことが望まれる。
- イ 麻しん（はしか）や季節性インフルエンザ等の予防接種により感染防止や重症化防止が期待される疾患に対しては、平時から予防接種を受けておくことが重要である。

2. 新型インフルエンザ等の発生時（海外発生期）以降の対応

(1) 情報収集

- ア 新型インフルエンザ等の発生に関する情報については、国及び県、市町村において発生状況を随時公表することとしており、それらの情報収集に努めることが必要である。特に、本人、家族等が発症した場合に備え、各地域の帰国者・接触者相談センター、帰国者・接触者外来などの情報が重要である。
- イ 新型インフルエンザ等に関する情報には、国及び県、市町村の提供する情報や企業が提供する情報（商業ベースのものとそうでないものがある。）、マスコミが提供する情報、噂などがあり、媒体も行政からの広報誌や新聞、雑誌、テレビ、インターネットなど様々である。
- ウ しかし、中には情報の信憑性、根拠に関して問題のあるものもあり、特に噂には虚偽のものが含まれることが多く、こうした情報を過度に信用してパニックが起こらないよう、正確な情報を収集し、冷静に対応することが重要である。
- エ 新型インフルエンザ等に限らず、誰でも感染症にかかる可能性があるため、感染者に対する偏見や差別は厳に慎まなくてはならない。

(2) 感染防止

Ⅷ 個人・家庭及び地域での対策に関するガイドライン

ア 発症した者がマスクをすることによって他の者への感染機会を減少させる効果は認められており、自らが発症した場合にはマスクを着用することが必要である。他方、まだ感染していない者がマスクをすることによってウイルスの吸い込みを完全に防ぐという明確な科学的根拠はないため、マスクを着用することのみによる防御を過信せず、手洗いの励行や人混みを避けることなどの他の感染対策も講ずる必要がある。

イ 病原性の高い新型インフルエンザ等が発生した場合、医療機関の受診、食料品・生活必需品等の買出しや仕事場への出勤など生活の維持のために必要なものを除き、感染を回避するため、不要不急の外出は自粛するとともに、やむを得ない外出の際にも、混雑した公共交通機関の利用を避けるなどの工夫が必要である。

(3) 本人、家族等が発症した場合の対応

ア 県内発生早期の段階

- ① 感染した可能性のある者は、極力、他の人に接触しないよう以下の対応を行うことが必要である。
 - a 発熱・咳・関節痛などの症状がある場合、事前連絡なく医療機関を受診すると、万が一、新型インフルエンザ等に感染していた場合、待合室等で他の疾患の患者に感染させてしまう「二次感染」のおそれがある。その場合はまず、保健所等に設置される帰国者・接触者相談センターに電話等で問い合わせをし、その指示に従って指定された医療機関で受診する。
 - b 帰国者・接触者相談センターから指定された医療機関を受診するときは、必ず当該医療機関に電話で事前に連絡し、受診する時刻及び入口等について問い合わせる。この連絡を受けて、医療機関は、院内感染を防止するための準備をすることになる。
 - c 医療機関を受診するときは、マスクを着用する。マスクがない場合は、咳エチケットを心がけ、周囲に感染させないように配慮する。また、受診に際しては、公共交通機関の利用を避けて、できる限り家族の運転する自家用車などを利用する。適切な交通手段がない場合は、帰国者・接触者相談センターに問い合わせる。
- ② 感染していることが確認された場合、原則として入院して治療を受けること、また、感染している可能性が高い同居者等の濃厚接触者は、外出自粛を要請され、保健所へ健康状態を報告することが、法律により定められている。また、状況に応じて抗インフルエンザウイルス薬（オセルタミビル等）が処方されることがあるので、保健所等からの説明をよく聞く必要がある。

イ 県内感染期の段階

- ① 新型インフルエンザ等の患者の診療を行わないこととしている医療機関等を

Ⅷ 個人・家庭及び地域での対策に関するガイドライン

除き、原則として一般の医療機関において、新型インフルエンザ等の診療を行うこととなる。各地域における新型インフルエンザ等の流行状況によるが、県内感染期には軽症者は原則として自宅で療養する。これは、病床が不足する状況において、重症者の治療を優先することが必要となるためである。

② 新型インフルエンザ等に感染した可能性があり、外来を受診するときは、マスクを着用する。マスクがない場合は、咳エチケットを心がけ、周囲に感染させないように配慮する。また、受診に際しては、公共交通機関の利用を避けて、できる限り家族の運転する自家用車などを利用する。

(4) 患者を看護・介護する家族の対応

ア 新型インフルエンザ等の患者は、極力個室で静養し、家族の居室と別にするとともに、マスクを着用し、咳エチケットなどを心がける。また、患者の家族は、患者からの二次感染を防ぐよう、手洗い等を励行し、患者と接触する際にはマスクを着用する。

イ 流水と石けんによる手洗い又はアルコール製剤による手指消毒が感染防止策の基本であり、患者の看護や介護を行った後は、必ず手洗いや手指消毒をするように心がける。患者の使用した食器類や衣類は、通常の洗剤による洗浄及び乾燥で消毒することができる。

(5) 医療の確保への協力

ア 県内感染期には一時的に多数の患者が医療機関を受診するため、医療従事者や医薬品・医療資器材の不足等、医療を支える体制が極端に脆弱になることも予想される。

イ また、県内感染期であっても、生命にかかわる救急の患者や人工透析などの継続的な治療が必要な患者もいる。

ウ したがって、不要不急の医療機関受診や軽症での救急車両の利用は控えて、新型インフルエンザ等の患者や急を要する患者の医療の確保に協力することが重要である。

エ 県内感染期において感染機会を軽減する等の観点から、慢性疾患等を有する定期受診患者は、本人又はその介護者等が、事前に主治医と県内感染期における対応（長期処方、ファクシミリ処方等）について相談しておくことが望ましい。

オ また、新型インフルエンザ等にり患し在宅で療養する場合に支援が必要な患者について、患者や医療機関等から要請があった場合には、市町村は、国及び県と連携し、必要な支援（見回り、食事の提供、医療機関への移送）を行う。

(6) 学校等における対応

Ⅷ 個人・家庭及び地域での対策に関するガイドライン

- ア 学校等では、感染が拡がりやすいため、そこに通う子どもたちの健康をできるだけ守る必要がある。また、このような施設で感染が起こった場合、地域における感染源となるおそれがある。そのため、病原体の病原性等の状況に応じて、学校保健安全法に基づく臨時休業（学級閉鎖・学年閉鎖・休校）を適切に実施する。また、緊急事態宣言がされている場合、都道府県の要請に基づき、臨時休業を実施することなどが重要である。
- イ 学校等が臨時休業になった場合、学校等に行かない子どもたちが地域で多数集まれば休業の意味がなくなるため、子ども同士で接触しないようにすることが必要である。
- ウ その他の施設についても、職場における感染対策の徹底等の季節性インフルエンザ対策として実施されている感染対策をより強化して実施する必要がある。また、緊急事態宣言がされている場合は、主に県内発生早期において、施設の使用制限等の要請等に基づく対応を行う必要がある。
- エ 各個人、家庭は、感染対策を講じつつ、自治会等地域の活動に協力することが必要である。地域活動は、食料品・生活必需品等の物資の配付のルートになることも想定されるため、自らの身を守ると同時に、最低限の地域活動の機能を維持することも大切である。

第3章 地域における取組

1. 新型インフルエンザ等の発生前（未発生期）の準備

(1) 情報収集・提供

ア 市は、新型インフルエンザ等に関する情報を収集し、関係機関との連携の下、地域住民が混乱しないように必要な情報を的確に提供できるよう体制を整えるものとする。

イ また、新型インフルエンザ等に限らず、誰でも感染症にかかる可能性があるため、感染者に対する偏見や差別は厳に慎まなくてはならないことを、広報等を通じて住民に啓発するものとする。

(2) 要支援者の把握

ア 市は、関係団体と連携して、新型インフルエンザ等の流行により孤立化し、生活に支障を来すおそれがある世帯の把握に努め、発生後速やかに必要な支援ができるようにする。

イ 新型インフルエンザ等発生時の要支援者は、家族が同居していない又は近くにいないため、介護ヘルパー等の介護や介助がなければ日常生活ができない独居高齢者や障害者が対象範囲となる。

ウ 災害時要支援者の対象者であっても、同居者がいたり、家族が近くにいる場合、あるいは独居高齢者であっても支障なく日常生活できる者は対象外とする。

エ 上記を踏まえ、以下の基準を参考に要支援者とする。

- ① 一人暮らしで介護ヘルパー等の介護等がなければ、日常生活（特に食事）が非常に困難な者。
- ② 障害者のうち、一人暮らしで介護ヘルパーの介護や介助がなければ、日常生活が非常に困難な者。
- ③ 障害者又は高齢者のうち、一人暮らしで支援がなければ市からの情報を正しく理解することができず、感染予防や感染時・流行期の対応が困難な者。
- ④ その他、要援護者として認められる事情を有し、かつ、支援を希望する者。

オ 新型インフルエンザ等発生時の要支援者への対応について、市は関係団体や地域団体、社会福祉施設、介護支援事業者、障害福祉サービス事業者等に協力を依頼し、発生後速やかに必要な支援が行える体制を構築するものとする。

カ 安否確認についても通常時よりその方策について検討を行う。

(3) 食料品・生活必需品等に関する対策

ア 病原性の高い新型インフルエンザ等が発生した時には、登録事業者である食料

Ⅷ 個人・家庭及び地域での対策に関するガイドライン

品・生活必需品等の製造・販売事業者は、新型インフルエンザ等発生時においても事業の継続に努めることとなるが、生産、物流の停滞等により食料品・生活必需品等の入手が困難になる可能性もある。

イ 地域に必要な物資の量、生産、物流の体制等を踏まえ、地方公共団体による備蓄、製造販売事業者との供給協定の締結等、各地域の生産・物流事業者等と連携を取りながら、あらかじめ地域における食料品・生活必需品等の確保、配分・配付の方法について検討を行い、地域の実情に応じた計画を策定するとともに、早期に計画に基づく取組を進めるよう検討する。

ウ 食料や生活必需品等を配達するサービスの利用など支援が必要な者に周知を行い、配送時には玄関先までとするなど、感染機会や負担を軽減できる方法を検討する。

(4) その他

ア 自宅で療養する新型インフルエンザ等の患者に対応するため、必要な个人防护具（マスク等の個人を感染から守るための防護具）等の備蓄を行っておくことが必要である。

イ 新型インフルエンザ等発生時にも、地域住民の生活支援を的確に実施できるよう、市は自身の業務継続計画の周知を庁内で実施する。

2. 新型インフルエンザ等の発生時（海外発生期）以降の対応

(1) 情報提供

ア 新型インフルエンザ等の発生後、新型インフルエンザ等の発生が確認されたことを市民に対し周知する。

イ 市は管内の住民、事業所、福祉施設等に対し、マスク着用・咳エチケット・手洗い・うがい、人混みを避けること、時差出勤等の基本的な感染対策等を勧奨する。

ウ 市は県と連携して、地域住民の混乱を避けるために、必要な情報を適宜提供する。根拠のない虚偽の噂や偏見、差別につながる情報を野放しにしないよう、国や県と連携し、正確な情報を提供する。

(2) 要支援者への支援

ア 市は、関係団体の協力を得ながら要支援者への支援を実施する。

イ 市は、食料品・生活必需品等の供給状況を把握し、食料品・生活必需品等の備蓄の呼びかけ等を行う。

ウ また、新型インフルエンザ等により患し在宅で療養する場合に支援が必要な患者

VIII 個人・家庭及び地域での対策に関するガイドライン

について、患者や医療機関等から要請があった場合には、市は、国及び県と連携し、関係団体の協力を得ながら、必要な支援（見回り、医療機関への移送等）を行う。

(3) 相談窓口の設置

県内発生早期に発生国からの帰国者や患者との濃厚接触者で医療機関の受診を希望する住民からの相談は、保健所に設けられた帰国者・接触者相談センターで実施することとしているが、疾患に関する相談のみならず、生活相談や市の対応策についての質問に至るまで、できる限り広範な内容の相談に応えるよう情報収集に努める。

Ⅷ 個人・家庭及び地域での対策に関するガイドライン

【参考】個人（家庭）での備蓄物品の例

（※農林水産省新型インフルエンザに備えた家庭用食料品備蓄ガイドを参照）

○食料品（長期保存可能なもの）の例（家族4人が2週間生活可能な備蓄量）

主食

米（もち・無菌包装米飯など含む）	少なくとも10キロ
乾めん類（そば，そうめん，ラーメン，うどん，パスタ等）	400グラム入り6袋
中華麺，インスタント麺，パン等	16食

主菜・副菜

野菜類（たまねぎ，じゃがいも，ごぼう，さつまいも等）	各1～2キロ
豆類	適宜
卵	10個
缶詰（魚介類，肉類）	30缶
缶詰（野菜・きのこ類：コーン，トマト，たけのこ，マッシュルーム等）	20缶
レトルト食品	30食
冷凍食品（市販品のほか，家庭で冷凍した魚介，肉，魚，野菜，料理含む）	500グラム入り換算10袋

乾燥食品（切り干し大根，干しいたけ，ひじきなど） 各2袋

汁物 スープ類（みそ汁，わかめスープ，コーンポタージュ等） 12食

乳製品 チーズ，ヨーグルト，スキムミルク等 各1～2箱

果物 缶詰（もも，みかん，パイナップル，みつ豆等） 10缶

調味料・嗜好品・その他

調味料（砂糖，塩，みそ，しょうゆ，食用油）	1キロあるいは1リットル
（酢，だしの素，コンソメ，バター等）	適宜
嗜好飲料（緑茶，コーヒー，紅茶，ココア等）	適宜
菓子類	適宜
その他（ふりかけ，のり佃煮，ジャム，マーガリン，はちみつ等）	適宜

※乳幼児，高齢者，病人等で粉ミルク医療用食品等特別な食料品が必要な場合は別途用意すること。

○日用品・医療品の例

マスク（不織布製マスク）

体温計

ゴム手袋（破れにくいもの）

水枕・氷枕（頭や腋下の冷却用）

漂白剤（次亜塩素酸：消毒効果がある）

消毒用アルコール（アルコールが60%～80%程度含まれている消毒薬）

VIII 個人・家庭及び地域での対策に関するガイドライン

常備薬（胃腸薬，痛み止め，その他持病の処方薬）
絆創膏
ガーゼ・コットン
トイレットペーパー
ティッシュペーパー
保湿ティッシュ（アルコールのあるものとないもの）
洗剤（衣類・食器等）・石けん
シャンプー・リンス
紙おむつ
生理用品（女性用）
ごみ用ビニール袋
ビニール袋（汚染されたごみの密封等に利用）
カセットコンロ
ボンベ
懐中電灯
乾電池