

リラクゼーションスペース（店舗）における 新型コロナウイルス感染症（COVID-19） 対応ガイドライン 5.0

【監修】日本リラクゼーション業協会顧問医師 山本 竜隆

2020年3月6日策定(2022年12月26日改定)



目次

はじめに	2
1.リラクゼーションスペース（店舗）で考えられる 新型コロナウイルスの感染リスク	3
2.リラクゼーションスペース（店舗）での感染拡大防止のための対応	
(1)お客様への対応	7
(2)スペース（店舗）の営業に関する対応	10
(3)セラピストの健康管理／処遇	15
最後に	18
参考	19

はじめに

世界レベルで新型コロナウイルス感染が拡大する中、日本国内に於いても感染拡大防止に向けて、官民一体となって対策を講じておりますが、感染拡大が収まらなければ国民の健康被害は基より経済的な被害も深刻な問題です。

リラクゼーション産業界から感染者を出さない、感染者の侵入を水際で防ぎ、感染防止対策を徹底するとともに、発生時の具体的な対応をあらかじめ定めておくことが重要です。

リラクゼーションスペース（店舗）の利用者並びにセラピスト、従業員等の生命と健康を守るために、業界共通の対応指針が必要不可欠であると考えます。

一般社団法人日本リラクゼーション業協会では、2020年3月よりリラクゼーションスペースを経営する事業者の皆様へ本ガイドラインによる徹底した感染防止対策の実施をお願いしてまいりました。

ガイドラインについては、営業の再開を図る際に求められる対応をお願いすることを目的として令和2年4月10日に発表し、5月29日に ver.2.0、令和3年2月19日に ver.3.0、令和4年12月1日に ver.4 として改訂いたしました。

今回、2022年4月8日に新型コロナウイルス感染症対策分科会から出された「現在の感染者数増加を契機とした急激な感染拡大を防止し社会経済活動を継続するための緊急メッセージ」における「急激な感染拡大を防止し、社会経済活動を継続する」という方向性を念頭に、必要な更新を行い、ver.5.0 に改訂いたしました。

リラクゼーションスペースから、感染者を拡大させない事を目的として作成しております。

なお、未だ将来的な新型コロナウイルス感染状況の予想が困難なため、感染拡大を防止するより一層のルールの厳格化が求められています。そのため本ガイドラインは、今後の各地域の感染状況を踏まえると共に、国が提示する「新たな生活様式」なども参照しながら随時見直していく予定としております。

一般社団法人日本リラクゼーション業協会
理事長 林 加奈恵

1. リラクゼーションスペース（店舗）で考えられる

新型コロナウイルスの感染リスク

新型コロナウイルス感染症対策専門家会議による「新型コロナウイルス感染症対策の基本的対処方針」では感染拡大のリスクとして以下の事項が挙げられています。

一般的な状況における感染経路の中心は飛沫感染及び接触感染であるが、閉鎖空間において近距離で多くの人と会話する等の一定の環境下であれば、咳やくしゃみ等の症状がなくても感染を拡大させるリスクがあるとされている。

また集団感染が生じた場の共通点を踏まえると、特に①密閉空間（換気の悪い密閉空間である）、②密集場所（多くの人々が密集している）、③密接場面（互いに手を伸ばしたら届く距離での会話や発声が行われる）という3つの条件（以下「三つの密」という。）のある場では、感染を拡大させるリスクが高いと考えられる、とされており、三密（密集・密閉・密接）のいずれかに該当する場面では、一定の感染リスクが避けられないことから、密集・密閉・密接のいずれも避けるよう日頃から徹底する必要がある。

オミクロン株等の変異株の拡大も踏まえ、接触感染・飛沫感染・エアロゾル感染の経路に応じた感染防止策を講じることも必要である。（オフィス、休憩室等はもとより車内内部や共同生活空間等、特に密になりやすい空間の共用を極力避けるか、やむを得ない場合、換気徹底、パーティション設置、マスク常時着用、会話を控える等の工夫。）

特に、以下のとおり、感染が高まる「5つの場面」に関する十分留意をすべきものとされている。

感染が高まる「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高揚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。
- 特に敷居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、回し飲みや箸などの共用は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、短時間の食事に比べて、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

- マスクなしに近距離で会話をする事で、飛沫感染やエアロゾル感染での感染リスクが高まる。
- マスクなしでの感染例としては、昼カラオケ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車中でも注意が必要。

【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。
- 寮の部屋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

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

以上を踏まえて、リラクゼーションスペース（店舗）における感染リスクは以下の通りと考えられる。

① 密閉空間

- スペース（店舗）内は施術スペース、待合室、休憩スペースも含め原則密閉空間である。エアコンは、空気の温度は変化させるが同じ空気が循環していることを踏まえ、窓やドアの開放など（1時間に2回以上、かつ、1回に5分間以上）でこまめな換気に努めること。
- 換気の際は、可能であれば換気装置を設置し、常時換気を行うこと。
- 寒い環境の場合であっても換気を実施し、機械換気による常時換気を行うこと。機械換

気が設置されていない場合は、室温が下がらない範囲で常時窓開け（一方向の窓を少し開けて常時換気を行い、室温は 18℃以上を目安とする）を実施する。また、連続した部屋等を用いた外気を徐々に室内に取り込む 2 段階の換気や HEPA フィルター付きの空気清浄機^{*}の使用も考えられる。

※JIS 規格に準じた HEPA フィルターによるろ過式でかつ風量が 5 m³/分程度以上の空気清浄機

- 空気の流れが滞る場合には換気扇や扇風機を用いた設備を備えていること。可能であれば換気装置を設置する。
- 必要に応じ、CO₂ 測定装置を設置する等により、換気状況を常時モニターすることも望ましい。
- 乾燥する場面では、湿度 40%以上を目安に加湿する。
- 換気に当たっては、以下の厚生労働省の通知を参照すること。

新型コロナウイルス感染症対策分科会「換気の提言」

https://www.cas.go.jp/jp/seisaku/ful/taisakusuisin/bunkakai/dai17/kanki_teigen.pdf

②密集場所

- 対処方針を踏まえたマスクの着用を前提に、お客さま同士が触れ合わない距離を確保する。また、予約などを調整し、接客も最小人数のセラピストにより対応すること。
- 休憩スペース内等の店舗内では、対処方針を踏まえたマスクの着用及び大声での発声を控えることを前提に、人と人とは触れ合わない距離を保つことが可能な程度の人員にてスペースの運営を行うこと。

③密接場面

- ウイルスは肌から直接感染するわけではないが、飛沫等で器具や用具が汚染する可能性があり、できる限り使い捨てのものに変更する、あるいは消毒を徹底することが必要である。
- セラピストとお客様の飛沫がお互いに直接触れない工夫を最大限行うこと。具体的には、オミクロン株等の変異株の拡大も踏まえ、施術時にマスクの着用が困難な場合を除き、お客様にも常時正しいマスクの着用を促し、セラピストはマスクに加え眼鏡・ゴーグルやフェイスガードなど器具を使うことも考えられる。なお、十分なマスク着用の効果を得るためには隙間ができないようにすることが重要であり、感染リスクに応じた、適切なマスク（品質の確かな、できれば不織布）の着用を行う。（マスクの正しい着用には

については厚生労働省 HP「マスクの着用について」参照)

- 施術内容によっては手袋などの装着も検討する。また、お客様の飛沫が触れたと考えられる用具等を片付ける際には、施術の合間であっても手袋を装着すべきである。手袋を外した後も手洗い・手指衛生などを行う。

2.リラクゼーションスペース（店舗）での感染拡大防止のための対応

(1)お客様への対応

対応指針1： お客様への注意喚起を実施すること。

ホームページ、SNS、店頭掲示、書面配布等での呼びかけ、注意の徹底

お客様への来店時の注意事項並びに、体調が思わしくない時などは来店を遠慮して頂くなどを、ホームページ、SNS、店頭掲示、書面配布等で呼びかけ、注意の徹底を強く求めること。

利用者に対し明確に周知すべき事項を作成し（以下、“利用者へのお願い（定型文）”参照）、各スペース（店舗）への対応を促す。

利用者へのお願い（定型文）

新型コロナウイルス感染拡大を防ぐため、しばらくの間、以下の点を厳守の上、ご利用頂きますよう、強くお願い申し上げます。少しでも該当すると感じる点がある方のご来店は固くお断り申し上げます。

また、ご来店の際は、常時マスクの着用をお願い申し上げます。

●次の症状がある方、該当する点があるお客様の来店をお断りします。

- ① 風邪の症状（くしゃみや咳が出る）がある方
- ② 熱がある方
- ③ 強いだるさ（倦怠感）や息苦しさがある方
- ④ 咳、痰、または胸部に不快感のある方
- ⑤ 強い味覚・嗅覚障害がある方
- ⑥ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる方
- ⑦ その他新型コロナウイルス感染可能性の症状がある方
- ⑧ 1週間前くらいまでにインフルエンザ・ノロウイルス等にかかっていた方

また、糖尿病、心臓疾患、呼吸器疾患等の基礎疾患がある方、人工透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方等については、新型コロナウイルスに感染しますと重症化の可能性があるため、来店の可否について必ず主治医にご相談の上ご来店ください。

なお、地域の学校で学級（学校）閉鎖などが行われた際は、乳幼児・学童・中学生及び高校生の方を同伴されてのご来店はご遠慮ください。

- 以上はあくまでも例ですので、こちらを参考に各スペースの立地、設備、メニュー、最新の保健所やその他の行政機関からの通達等の諸条件を考慮し、適切な注意喚起をすること。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html



- また、感染例が報告されている地区では、潜在的に感染者がいる可能性が高く、一層の対策が必要です。各地区の感染の現状には、以下の厚生労働省サイト、あるいは地元自治体の情報を参照すること。

<https://www.mhlw.go.jp/content/10906000/000628917.pdf>



[補足]

- 国内の感染状況は以下厚生労働省の HP でこまめに確認すること。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html#kokunaihassei



- 海外渡航歴を有する方の対応については、日本入国時の検疫措置（厚生労働省 HP 「水際対策」などを参照）に沿って判断すること。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_00209.html



- 外務省海外安全情報

<https://www.anzen.mofa.go.jp/readme/readme.html>



- 各国・地域における新型コロナウイルスの感染状況

https://www.anzen.mofa.go.jp/covid19/country_count.html



(参考：自治体の公式アカウントについて)

お住いの地域に応じたアカウントに登録し、アンケートに答えていただくと、その結果をもとに健康状態にあわせた情報提供や適切な行動のサポートが受けられます。また、よくある質問や最新情報の確認、LINE 上で医師に相談できるサービスもご利用いただけます。

LINE 自治体公式アカウント



対応指針 2：新型コロナウイルス感染症に関する国の注意喚起が解除されるまでの期間中の、通常営業時からの変更事項についても周知すること。

セラピストのマスク装着の感染予防対策やスペースの営業時間の変更、あるいは特定メニューの提供中止等について事前に告知すること。セラピストの健康管理や生活維持もリラクゼーションスペースにとっては重要な責務である。そのための対応を事前にお客様に周知しご理解をいただくこと。

(2)スペース（店舗）の営業に関する対応

対応指針3： スペース（店舗）内の衛生確保・感染防止策の実施を徹底すること。

リラクゼーションスペースに於ける衛生管理は、リラクゼーションスペースを清潔に保ち、スペース（店舗）における感染の発生を防ぐことを目的としている。現状では通常以上の徹底を図る衛生管理を行うことが必要。

なお、新型コロナウイルスの感染対策としては特に以下の事項を徹底すること。

- スペース（店舗）内にウイルスを紛れ込ませないことが重要であり、その対策を行うこと。
 - スペース（店舗）における手洗い・手指衛生を徹底し、スペース（店舗）内共用部（出入口、休憩室、更衣室、施術スペース）やウイルスが付着した可能性のある場所（トイレ、手すり、テーブル・椅子等）の定期的かつこまめな消毒を徹底する。消毒方法については、例えば厚生労働省 HP の「新型コロナウイルスの消毒・除菌方法について」等を適宜参照する。
 - また、使用する薬品類は所定の場所に保管し、その取り扱いに十分注意すること。希釈して使用するものは、その都度調整し、希釈したものを使い置きしないようにする。
- 以上を徹底するために、以下の事項を実施すること。

① スペース（店舗）入口

- ・ 入口に手指消毒剤の配置と消毒の徹底を促すこと。
- ・ ドアノブ等、お客様が触れる箇所は、お客様来店毎に、あるいは1時間に1回の頻度で消毒すること。
- ・ 来店されるすべてのお客様にマスクをしての入店をお願いすること。

② スペース来店者

- ・ 来店されるすべてのお客様に本対応指針1で作成した「お客様への注意喚起」の資料を基に確認を行うこと。
- ・ 事前に検温した上での来店をお願いし、また来店されたお客様の体温を体温計などで確認するなど、発熱症状があるお客様の入店をお断りできるようにすること。
- ・ 上記の確認により「お客様への注意喚起」に該当する場合は、ご理解をいただいたうえお帰りいただくよう徹底すること。
- ・ 高齢者や持病のある方は感染した場合の重症化リスクが高いことから、より慎重で徹底した対応を行うこと。
- ・ 施術中に体調が悪化したり、気分が優れなくなったりした場合は、セラピストまでお申し出いただくこと。

③ 更衣室・手洗い場・シャワールーム等の設備

- ・お客様同士の感染を防ぐために、複数のお客様が出入りする場所の清掃、消毒を通常以上に徹底すること。
- ・清掃時は使い捨て手袋を着用すること。
- ・手洗い設備及び水道、トイレ、出入り口のドアノブなど不特定多数が触れる箇所について、お客様毎の消毒、または最低1時間に1度の頻度での消毒を行うこと。
なお手洗い設備はできるだけトイレ内に設置することが望ましい。
- ・手洗いの徹底を呼びかけ、手洗い後は、使い捨てのペーパータオルを使用し、使用済みのペーパータオルは、蓋付のゴミ箱に捨てること。(あるいは個人用タオルを準備すること)
- ・共通のタオルの使用は中止すること。

④ 接客コーナー・ヒアリングコーナー

- ・各コーナーの清掃、消毒を通常以上に徹底すること。
- ・出入り口のドアノブ、テーブル、椅子など不特定多数が触れる箇所はお客様のご来店毎に消毒を実施すること。清掃の実施及び実施管理簿の設置を徹底すること。
- ・ヒアリング時は、感染リスクが高まる「5つの場面」の「場面3 マスクなしでの会話：マスクなしに近距離で会話することで、飛沫感染やエアロゾル感染での感染リスクが高まる」ことを想定し、セラピストとお客様の両者がマスクを着用すること。
- ・セラピストはマスクの正しい着用に加え眼鏡・ゴーグルやフェイスガードなどの器具を使用するなど工夫すること。
- ・カップやグラス等、直接、お客様の手や口が触れるものは、特に洗浄・消毒を徹底すること。もしくは、使い捨てのものを使用すること。

⑤ 施術スペース及びエリア

- ・室内の清掃・消毒を通常以上に徹底すること。
- ・手洗い設備、出入り口のドアノブなど不特定多数が触れる箇所については、お客様毎に消毒を実施すること。
- ・お客様毎に換気を実施すること。
- ・お客様同士の距離の確保として、対処方針を踏まえたマスクの着用を前提に、人と人が触れ合わない距離でベッドの間隔を空けて施術を行う。もしくは、アクリル板・透明ビニールカーテンなどで遮蔽することなどを検討すること。
- ・施術中、セラピストはマスクの着用に加え眼鏡・ゴーグルやフェイスガードなどの器具を使用するなど工夫すること。

⑥ 施術に関わる器具、用具、備品類

- ・ベッド、リクライナー、施術者用椅子、ワゴン、機器等は、使用都度消毒すること。
- ・タオルの再利用は原則禁止し、お客様お一人ごとにタオルの取り替えを行うこと。
- ・清潔なお着替えをご用意すること。
- ・お客様の皮膚や毛髪に直接接する器具、用具類は、使い捨ての物を使用するか、素材に合わせた消毒法でお客様毎に消毒済みの物と交換を行う。
- ・使用済みの備品は必ず消毒をする。
- ・まくら当てなどには極力使い捨ての紙製品を使用し、お客様毎にこれを取り替えること。
- ・その他お客様に接するリネン類はお客様毎に消毒済みのものと交換し、消毒した後、洗剤を用いて洗濯を行うこと。また、リネン類の衛生措置は、素材に合わせた消毒（化学的及び物理的消毒法）を行うこと。また、お客様毎に全て消毒が徹底されていることが必要のため、「消毒済み・未使用のもの」と「使用済みのもの」を、明確に分けて保管すること。
- ・スチームタオルなどを使用する場合は、必ず消毒して使用する。
- ・施術に伴い生じるゴミや汚れた物は、その都度蓋付きの容器に捨てること。また、ゴミはビニール袋に入れて密閉し、口を縛った状態で廃棄すること。
- ・ゴミを回収する際は、マスクや使い捨て手袋を着用すること。マスクや手袋を脱いだ後は必ず手指消毒または手洗いを行うこと。

⑦ セラピスト

- ・施術の前後に手洗い・手指消毒を徹底し、施術中も必要に応じて手指消毒を行うこと。
- ・マスクを正しく装着すること。なお、マスクは感染防止を徹底することから不織布マスクなどの飛沫防止性能の高いものを使用することが望ましい。マスクの正しい着用方法については、厚生労働省 HP「マスクの着用について」を参照。
- ・装着中はマスクに触れないよう徹底し、使用後はマスク本体に触れないようにして耳からゴムを外し廃棄する。
- ・マスクを装着していてもお客様と近づき過ぎないように配慮すること。
- ・マスクや手袋を脱いだ後は必ず手指消毒を行うこと。
- ・手洗いがすぐに難しい場合は、アルコール消毒、ウェットシート等で消毒する（その場合のゴミは一般のゴミと分けて蓋付きのゴミ箱で厳重に管理する）
- ・施術中は、清潔なユニフォームを着用すること。消毒、洗濯を最低でも毎日行なうこととし、万が一、お客様の「咳」や「くしゃみ」が曝露した場合は、ただちに別のユニフォームに取り替えること。
- ・眼鏡・ゴーグルやフェイスガード等を使用し目への飛沫の侵入を防ぐなどの工夫をすること。

- ・お客様毎に、手洗いを徹底すること。お客様の使用したタオルやリネンの除去の際にはゴム手袋等を使用すること。新しいタオルやリネンの交換の前には、手洗いを実施すること。
- ・感染症の疑いのあるお客様を接客した場合は、以後他のお客様の施術はしないで直ちに上長に報告し指示を仰ぐこと。
- ・手指消毒をよりこまめにすることを心がけること。

⑧ リラクゼーションスペース内の換気

- ・オミクロン株等変異株の拡大を踏まえ、適切な空調設備を活用した常時換気又はこまめな換気（1時間に2回以上、かつ、1回に5分間以上）を徹底すること。
- ・乾燥により湿度が下がる場合は、湿度が40%以上になるよう適切な加湿を行うこと。
- ・換気に加えて、CO2測定装置の設置と常時モニター（1000ppm以下）の活用を検討すること。（※機械換気の場合。窓開け換気の場合は目安。）なお、CO2測定装置を設置する場合は、室内の複数箇所で測定し、特に換気が不十分となりやすい場所に設置すること。
- ・HEPAフィルター式空気清浄機*やサーキュレーターの補助的活用も可とする。
※JIS規格に準じたHEPAフィルターによるろ過式でかつ風量が5m³/分程度以上の空気清浄機
- ・なお、寒冷な場面の場合であっても、暖気を維持しながら、常時換気又はこまめな換気を徹底すること。その際、換気量を維持しながら、暖気を保つため、こまめに大きく窓開けするのではなく、常時小さく窓開けする等の工夫は可とする。

⑨ レジ及び金銭授受

- ・対応前後には必ず手指消毒を行うこと。
- ・お客様の手が触れる可能性のある部分は、事前に消毒を済ませておくこと。
- ・会計の際に使用した、カードリーダー・タブレット・キャッシュトレイ、ペン等も、対応後は消毒を行うこと。
- ・対応後には必ず手洗いまたは手指消毒を行うこと。
- ・可能な限り電子マネーやキャッシュレス決済を導入すること。

⑩ その他高頻度接触部位の消毒

- ・タブレットやタッチパネル等を使用した場合は消毒を行うこと。
- ・スペース内エリアおよびセラピストルームの電話、パソコンのキーボード、ボールペン、レジ周りの備品類、冷蔵庫のドア、電子レンジの操作ボタン等も適切に消毒または除菌を行うこと。

⑪ セラピストの休憩スペース

感染リスクが高まる「5つの場面」の「場面5 【場面5】居場所の切り替わり：仕事での休憩時間に入った時など、居場所が切り替わると、気の緩みや環境の変化により、感染リスクが高まることもある」との指摘があることから休憩スペースでも以下の注意を行うこと。

- ・共有するテーブルやイス等は定期的（使用前等）に消毒し、常時換気に努めること。
- ・食事中以外のマスク着用を徹底し、飲食時等でマスクを着用しない場合は、会話を控え、1～2メートルを目安に顔の正面から距離を確保するよう努めること。
- ・入室前と退室後には手洗い、手指衛生を行うこと。
- ・会議を開催する場合は、三密回避はもとより、換気と身体的距離の確保、時間を短くすること、マスク着用のそれぞれの徹底、必要最小限での開催など、基本的な感染防止策を徹底するとともに、必要に応じ、オンライン会議等を活用する。

(3)セラピストの健康管理／処遇

対応指針4：お客様とセラピストを守るため、セラピストの健康管理を徹底すること。万が一、新型コロナウイルス感染症に感染が判明した場合でも、不当な扱いはしないこと。

- ① セラピストに感染が高まる「5つの場面」や「新しい生活様式」等の案内物を活用して、日常生活においても感染を防止するように努めること。(本ガイドライン p.3-4 参照)

- ② セラピスト全員の執務前後の体温チェックを徹底すること。
 - ・最低限出勤時と退勤時に体温と体調をチェックし、その結果を記録し上長が確認する手順を徹底する。
 - ・平熱を超える発熱や風邪様症状がある場合には、その従業員の出勤自粛を図り、受診・相談センターやかかりつけ医などに適切に相談する。

- ③ 休業や出勤停止の保証
 - ・休業や出勤停止の際の賃金保証については各社の固有事案であるが、セラピストの発症もしくは濃厚接触者と指定されたことによる出勤停止の場合は、休業手当の支払いが必要ないことがあり得るものの、店舗側の判断でのスペース（店舗）休業の場合は、休業手当の支払いが必要になることもあり得る。
 - そのほか、セラピストの子供が登校停止等になった場合の欠勤など、想定される複数のケースの対応の方向性を、あらかじめスペース（店舗）としてセラピストと十分に話し合っておくことが望ましい。
 - ・法令等の施行により、スペース（店舗）がとるべき対応に変更を求められることも考慮し、常に厚生労働省や都道府県、市町村のホームページをチェックし、対応をアップデートすることが望ましい。

- ④ セラピストの移動に関する感染防止対策
 - ・感染拡大時には、感染が流行している地域から移動や感染が流行している地域への移動は控える。
 - ・出張はやむを得ない範囲にて実施する。
 - ・スペース（店舗）の所在地域及びセラピストの居住地における感染状況に注意し、出勤の可否も含めて出退勤時間帯を配慮する

⑤ 職場における検査の更なる活用・徹底を図る

- ・ 普段から、健康観察アプリなどを活用し、毎日の健康状態を把握する。
- ・ 体調が悪い場合には出勤せず、自宅療養する社内ルールを徹底する。
- ・ 出勤後に少しでも体調が悪い従業員が見出された場合や従業員が発熱など軽度の体調不良を訴えた場合、その従業員に対し、抗原簡易キットを活用して検査を実施する。
- ・ 抗原簡易キットでの検査結果が陽性であった場合、健康フォローアップセンターに連絡し、自宅療養する方法の活用も検討する。
- ・ 抗原簡易キットの購入にあたっては、以下が必要である。
 - i. 検体採取に関する注意点等を理解した職員の管理下での自己検体採取をすること
 - ii. 国が承認した抗原簡易キットを用いること
- ・ これら具体的な手順、キットの購入申込先リスト等については、下記 URL 参照する。
 - 令和4年10月19日事務連絡「職場における検査等の実施手順（第3版）」
<https://www.mhlw.go.jp/content/001003217.pdf>
 - 令和3年8月13日事務連絡「職場における積極的な検査の促進について」
<https://www.mhlw.go.jp/content/000819118.pdf>
- ・ また、寮などで集団生活を行っている場合や、従業員同士の距離が近いなど密になりやすい環境（労働集約的環境）、一般的な感染防止措置を行うことが困難な場合など、クラスター発生の危険性が高い職場環境では、定期的な PCR 検査の活用も有用であるので、導入を積極的に検討する。
- ・ ワクチン接種について厚生労働省HPの「新型コロナワクチンについて」等を参照する。

厚生労働省の「新型コロナウイルスに関するQ & A（企業の方向け）」も参考にしてください。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_00007.html



本ガイドラインは新型コロナウイルスに関して作成されたものですが、以下厚生労働省「感染症の範囲及び類型について」に記載されている各種感染症への感染が疑われる場合も施術に従事できないことを理解しておいてください。

<https://www.mhlw.go.jp/file/05-Shingikai-10601000-Daijinkanboukouseikagakuka-Kouseikagakuka/0000040509.pdf>



令和4年7月22日付け厚生労働省新型コロナウイルス感染症対策本部の各都道府県・保健所設置市・特別区衛生主管部（局）宛事務連絡において、同一世帯内以外の事業所等については、濃厚接触者の特定・行動制限は行う必要がないこととされていますが、自治体によっては保健所による濃厚接触者の特定を実施する場合がありますので、ご注意ください。

最後に

現況のような状況下ではありますが、営業活動を停止することによる経済状況の悪化は避けたいというのは、各社共通の願いであることは言うまでもありません。

リラクゼーションはクラスター感染の発生源となるリスクは低いものの、発生時には営業活動を一次的に停止するなど、大きな影響が考えられます。万が一発生した場合でも、対応不備による事態の悪化等を回避し、積極的な感染防止対策を講じることは、お客様の不安を解消しさらなる信頼獲得にもつながります。

また「新しい働き方」として、社会的にテレワークや時差通勤が急速に広がることが予想されることからリラクゼーション店舗の営業時間やサービス内容についても社会ニーズに合わせて再検討する必要があると思われます。

業界として、お客様とセラピストの健康を守るためにも、適切な衛生管理を励行し、万全の体制で運営を心掛けていただきますよう深くお願い申し上げます。

一般社団法人日本リラクゼーション業協会
理事長 林 加奈恵

<参考>



首相官邸 新型コロナウイルス感染症に備えて

<https://www.kantei.go.jp/jp/headline/kansensho/coronavirus.html>



首相官邸 感染症対策特集

<https://www.kantei.go.jp/jp/headline/kansensho/index.html>



新型コロナウイルスに関するQ & A（一般の方向け）

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_00001.html



外務省 海外安全ホームページ

<https://www.anzen.mofa.go.jp/>



内閣官房 新型コロナウイルス感染症対策

<https://corona.go.jp/>



新型コロナウイルス感染拡大防止のための東京都における緊急事態措置等

https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/_res/projects/default_project/_page_/001/007/654/kinkyuujitaisochi.pdf



厚生労働省・経済産業省

新型コロナウイルス対策 手洗い・消毒の取り組みについて

<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000614437.pdf>



厚生労働省 新しい生活様式

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431>

[_newlifestyle.html](#)

「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。
 - 会話をする際は、可能な限り**真正面を避ける**。
 - 外出時や屋内でも会話をするとき、**人との間隔が十分とれない場合は、症状がなくてもマスク**を着用する。ただし、**夏場は、熱中症に十分注意**する。
 - 家に帰ったらまず**手や顔を洗う**。
人混みの多い場所に行った後は、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。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。接触確認アプリの活用も。
- 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（エアコン併用で室温を28℃以下に） 身体的距離の確保
- 「**3密**」の回避（**密集、密接、密閉**）
- 一人ひとりの健康状態に応じた運動や食事、禁煙等、適切な生活習慣の理解・実行
- 毎朝の体温測定、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

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

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、十分に人との間隔を
もしく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

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

イベント等への参加

- 接触確認アプリの活用を
- 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 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

新型コロナウイルス対策 身のまわりを清潔にしましょう。

石けんやハンドソープを使った
丁寧な手洗いを行ってください。



手洗いを丁寧に行うことで、
十分にウイルスを除去できます。
さらにアルコール消毒液を
使用する必要はありません。

手洗い		残存ウイルス
手洗いなし		約 100 万個
石けんや ハンドソープで 10 秒もみ洗い後 流水で 15 秒すすぐ	1 回	約 0.001% (数十個)
	2 回 繰り返す	約 0.0001% (数個)

(森功次他：感染症学雑誌、80:496-500,2006 から作成)

食器・手すり・ドアノブなど身近な物の消毒には、
アルコールよりも、熱水や塩素系漂白剤が有効です。

(新型コロナウイルスだけでなく、ノロウイルスなどにも有効です)



食器や箸などは、80℃の熱水に
10分間さらすと消毒ができます。
火傷に注意してください。



濃度 0.05% に薄めた上で、
拭くと消毒ができます。
ハイター、ブリーチなど。
裏面に作り方を表示しています。

【注意】
・家事用手袋を着用して行ってください。
・金属は腐食することがあります。
・換気をしてください。
・他の薬品と混ぜないでください。

感染症対策 へのご協力をお願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の
基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む
咳エチケット」です。

① 手洗い

手洗いの
前に

・爪は短く切っておきましょう
・時計や指輪は外しておきましょう



1

流水でよく手をぬらした後、石けんを
つけ、手のひらをよくこすります。



3

指先・爪の間を念入りにこすります。



5

親指と手のひらをねじり洗います。 手首も忘れずに洗います。



2

手の甲をのばすようにこすります。



4

指の間を洗います。



6

正しい手の洗い方

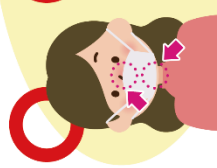
② 咳エチケット

3つの咳エチケット

電車や職場、
学校など人が集まる
ところでやろう

マスクが
ない時

とっさの時



マスクを着用する
(口・鼻を覆う)
ティッシュ・ハンカチで
口・鼻を覆う



袖で口・鼻を覆う

正しいマスクの着用



1 鼻と口の両方を
確実に覆う



2 ゴムひもを
耳にかける



3 隙間がないよう
鼻まで覆う



何もせずに
咳やくしゃみをする



咳やくしゃみを
手でおさえる



首相官邸
Prime Minister's Office of Japan



厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

詳しい情報はこちら

厚労省

検索



石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、
清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。