

新型コロナウイルス感染症の5類感染症への移行に伴う
カイロプラクティック等の徒手療法事業所における感染予防対策

令和5年5月8日

カイロプラクティック制度化推進会議
一般社団法人日本徒手療法師会

令和5年5月8日、新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置づけの変更により、感染対策は、政府として一律に求めることはなくなり、「個人の選択を尊重し、自主的な取組をベースとしたもの」として、政府が感染症法に基づいた情報提供をおこなうことになりました。

それに伴い、これまでの業種別ガイドラインは廃止され、今後は、政府からの情報提供をいただきながら、業界が自主的に必要と判断する対策を講じることになり、私どもの業界では、新型コロナウイルス感染症の5類感染症への移行後に適応する簡易な感染症対策マニュアルとして「カイロプラクティック等の徒手療法事業所等における感染予防対策」を公開し、業界の多くの事業者に向けて利用を推奨することになりました。事業所（運営）責任者におかれましては、地域の感染状況や各自治体の方針等を踏まえて可能な限り本対策をご活用いただきますようお願いいたします。

A. 今後の感染症対策の基礎知識

新型コロナウイルス感染症の5類感染症への移行後の現状に即した新たな感染症対策を作成するにあたり、今後の感染症対策の基礎知識として、第118回（令和5年3月8日）新型コロナウイルス感染症対策アドバイザリーボードの資料「これからの身近な感染対策を考えるにあたって（第三報）」の内容を以下に抜粋転載します。

◆「これからの身近な感染対策を考えるにあたって（第三報）」— “新たな健康習慣” についての見解—
<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/001069238.pdf>

1. 一人ひとりの基本的感染対策の考え方

新型コロナウイルス感染症だけではなく、一般に感染症の流行が落ち着いている時期であっても、地域での感染症の流行状況に関心を持ち、自らを感染症から防ぎ、身近な人を守る、ひいては社会を感染症から守ることは重要であり、以下の基本的な対策を一人一人が身に着けておくことが必要である。特に呼吸器疾患は高齢者に対しては生命にかかわるリスクが高いため、高齢者の方々に感染が及ばないような配慮は重要である。

2. 感染防止の5つの基本

- ① 体調不安や症状がある場合は、無理せず自宅で療養あるいは受診をする。

発熱・下痢・嘔吐・発疹などの症状が出てきた場合には、無理せず自宅で療養し、加えて体調がよくないときは医療機関を受診する。ただし、検査のみを目的とした救急外来の利用は控える。職場や学校などは、体調不良による休暇等を取得しやすい環境を整えるべき。

なお、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。

- ② その場に応じたマスクの着用や咳エチケットの実施

マスク着用には、他者を感染させない効果に次いで、自らが感染するリスクを下げる効果も認められている。マスク着脱の判断においては、地域の感染症の流行状況、周囲の混雑状況（密集状況）、空間の広さ狭さ、その場にいる時間の長さなど感染のリスク、目の前にいる人の重症化リスクの程度、不特定集団の中かどうかなどを考慮する。マスク着用を呼びかけられている場面では、できるだけ着用に応じる。なお、マスクなしでの対面接触を避けることについて、互いに理解・尊重することが必要。

外出時はマスクを携帯し、必要に応じていつでもマスクの着用ができるようにしておく。

*咳エチケット：他人に感染させないために、咳・くしゃみをする際に、マスクやティッシュペーパー・ハンカチ、袖などを使って、口や鼻をおさえること。

*一般的に使用するマスクは、不織布マスクがよい。

◆新型コロナウイルス感染症対策本部「マスク着用の考え方の見直し等について」

<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/001056912.pdf>

- ③ 換気、密集・密接・密閉（三密）の回避は引き続き有効

特に不特定多数の人がいるところでは、換気（空気の入れ替え）、人との間隔を空ける、すいている時間帯や移動方法の選択、すいた場所の利用などによって、呼吸器感染症の感染リスクを下げられる。

- ④ 手洗いは日常の生活習慣に

食事前、トイレの後、家に帰った時などには、まず手を洗う。手洗いは20～30秒程度かけて流水と石鹸で丁寧に洗う。石鹸がなくても同様の時間をかけて丁寧に洗う。適切な手指消毒薬の使用も可。

- ⑤ 適度な運動、食事などの生活習慣で健やかな暮らしを

一人一人の健康状態に応じた運動や食事、禁煙等、適切な生活習慣を理解し、実行することが大切。特に基礎疾患のある方は、かかりつけ医などのアドバイスを参考にして、体調管理に気を付ける。

B. 感染症対策への付加事項

1. 身体の免疫機能の向上

感染しない、また、感染した場合でも重症化しないよう日常的に身体の免疫機能の向上を心掛ける。バランスの良い食事（栄養の摂取）、適度な運動、質の良い睡眠を心がけ、規則正しく健康的な生活に努めると共に、免疫機能を低下させる行為（喫煙、過度な飲酒、寝不足等）を避ける。

① 不顕性感染と腸内細菌の重要性

感染症対策として、感染そのものを予防することに加え、感染しても発病しない（発病を予防する）ことが重要な対策である。感染しても自覚がないまま免疫を獲得する不顕性感染であれば発病には至らない。これを支えるのが、身体の免疫機能であり、その大部分は、腸内細菌が担っている。日常生活における対策としては、お腹を冷やさないことと、腸内細菌の住みかともなる食物繊維の摂取が重要となる。

② 致死予防

最終的な予防は、致死予防であり、万が一発病しても決して死なないことである。これも身体の免疫機能が重要であるが、喫煙は免疫機能を著しく低下させるので、喫煙をしないことが最も重要な致死予防と言える。

2. 感染対策の実施に当たっての考え方

感染対策の見直しに当たっては、以下のように、感染対策上の必要性に加え、経済的・社会的合理性や、持続可能性の観点も考慮する。

- ・ウイルスの感染経路等を踏まえた期待される対策（飛沫感染対策、エアロゾル感染対策、接触感染対策）の有効性
- ・実施の手間、コスト等を踏まえた費用対効果
- ・人付き合い、コミュニケーションとの兼ね合い
- ・他の感染対策との重複、代替可能性 など

C. カイロプラクティック事業所等における感染症対策

① 利用者の感染防止

- 事業所内でのマスク着脱は利用者ご自身の判断に委ねる。
- 発熱等の体調不良の利用者にはご来店を控えていただくよう周知する。
- 事業所内では咳エチケットの推奨を求めるほか、適切な手指消毒の励行を推奨する。

② 事業者・スタッフの感染防止

- 事業者・スタッフに対しては、体調管理並びに手指消毒などを推奨し、その時々々の社会状況や感染状況を踏まえ、適切な感染対策を施すことを推奨する。

- 事業所内では咳エチケットの推奨を求めると共に、控室等においては人と人との距離の確保や換気に留意する。
- 発熱等の体調不良者は事業所（運営）責任者の適切な判断を踏まえて出勤の可否を検討する。

D. その他の対応

① 自身が感染した場合の基本的な対応

発症後5日を経過し、かつ、症状軽快から24時間経過するまでの間は外出を控え、その後も10日間が経過するまでマスクを着用し、ハイリスク者との接触は控える。

② 位置づけ変更後の新たな変異株出現等への対応

位置づけ変更後にオミクロン株とは大きく病原性が異なる変異株が出現するなど、科学的な前提が異なる状況になれば、ただちに必要な対応を講じることとし、新たな変異株が感染症法上の「指定感染症」などに位置付けられた場合は、政府の指導や要請に従うものとする。

監修：星 旦二 先生／公衆衛生学・医師

東京都立大学 名誉教授

行政窓口等から情報提供いただきました資料の内、本対策の作成にあたり使用しており、かつ、本文に記載が無いものは以下のとおりです。

- ◆「新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置づけ変更に伴う業種別ガイドラインの廃止及び位置づけの変更に際しての事業者の取組への支援について（依頼）」 内閣官房新型コロナウイルス等感染症対策推進室長 事務連絡 令和5年3月31日
- ◆「新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置づけ変更後の療養期間の考え方等について（令和5年5月8日以降の取扱いに関する事前の情報提供）」 厚生労働省新型コロナウイルス感染症対策推進本部 事務連絡 令和5年4月14日
- ◆「新型コロナウイルス感染症の5類感染症への移行に伴うクラシック音楽公演における感染予防のご案内」 クラシック音楽公演運営推進協議会 令和5年4月21日

尚、本対策の内容は、今後の新型コロナウイルス感染症の動向によっては変更される可能性がありますので、予めご了承ください。