

3. 緊急時の対策を作っておきましょう

1) 感染防止のため、不要不急の外出は避けましょう

- ・学校や保育所など、集団生活の場での感染拡大を避けるため、休校などの措置がとられる可能性があります。子供たちが、家庭で安全に過ごせるような方法を考えておきましょう。
- ・各種集会が制限される可能性があります。相互の連絡や必要な情報を共有するために電話連絡網や電子メールのリストを準備しましょう。
- ・公共交通機関が停止する可能性があります。公共交通機関を利用しなくてもよい方法を考えましょう。

2) 職場での対応方法を考えておきましょう

- ・事業所における感染拡大の防止のため、在宅勤務への切り替えや事業の縮小などの対応策を準備しておきましょう。一部の事業所では、職員の1/3が欠勤した場合の対応策を検討しています。
- ・対面による会議を避け、電話やビデオ会議を利用しましょう。
- ・フレックス勤務など、ラッシュ時の通勤を避ける方法を検討しましょう。
- ・露天販売など十分な換気ができる環境は、感染予防に有効です。
- ・体調不良者の出勤制限や早期受診を指導しましょう。

3) 健康に関わる情報を整理しておきましょう

緊急の受診に備え、以下の情報を整理しておきましょう。

- ・持病（喘息、高血圧、糖尿病、腎臓病、心臓病など）と現在服用している薬の状況（名前と量）を記録しておきましょう。
- ・子供の場合、予防接種歴（母子手帳）なども確認しておきましょう。
- ・かかりつけの病院と調剤薬局の連絡先を記録しておきましょう。
- ・アレルギー（薬、予防接種、卵、その他の食物など）について記録しておきましょう。

4) 仕事を続けることが困難・不可能になる可能性があります

- ・仕事を休むことについても検討を行いましょう。病休や家族看護のために休むことができる期間も職場や家庭で確認しておきましょう。

家族の健康に関する情報

氏名	持病	服薬	アレルギー
(M,T,S,H 年 月 日 男・女)	喘息・高血圧・糖尿病・腎臓病・心臓病・その他	なし・あり (薬品名、一回量×一日回数)	薬・予防接種・卵・食品など
(M,T,S,H 年 月 日 男・女)	喘息・高血圧・糖尿病・腎臓病・心臓病・その他	なし・あり (薬品名、一回量×一日回数)	薬・予防接種・卵・食品など
(M,T,S,H 年 月 日 男・女)	喘息・高血圧・糖尿病・腎臓病・心臓病・その他	なし・あり (薬品名、一回量×一日回数)	薬・予防接種・卵・食品など
(M,T,S,H 年 月 日 男・女)	喘息・高血圧・糖尿病・腎臓病・心臓病・その他	なし・あり (薬品名、一回量×一日回数)	薬・予防接種・卵・食品など
(M,T,S,H 年 月 日 男・女)	喘息・高血圧・糖尿病・腎臓病・心臓病・その他	なし・あり (薬品名、一回量×一日回数)	薬・予防接種・卵・食品など

緊急連絡先	名称	電話・FAX	メールアドレス
緊急連絡先			
勤務先			
学校等			
かかりつけ医療機関			
かかりつけ調剤薬局			