

介護事業所  
様向け



# 効果的な 換気方法に 関する 6つのポイント

令和3年度、北九州市は介護事業所における感染症のリスクを減らすために効果的な換気方法の研究を行いました。

このリーフレットでは、市内の特別養護老人ホーム6事業所にご協力いただき、実証実験を行った結果をもとに考案した換気方法について、図を用いて紹介しています。

また、換気を実施するうえで注意すべきポイントや、正しく換気を行うことができているか確認できる機器の利用方法についてまとめています。

介護事業所の皆様におかれましては、日々の業務にぜひお役立てください。



UOEH

産業医科大学



うむ、介護

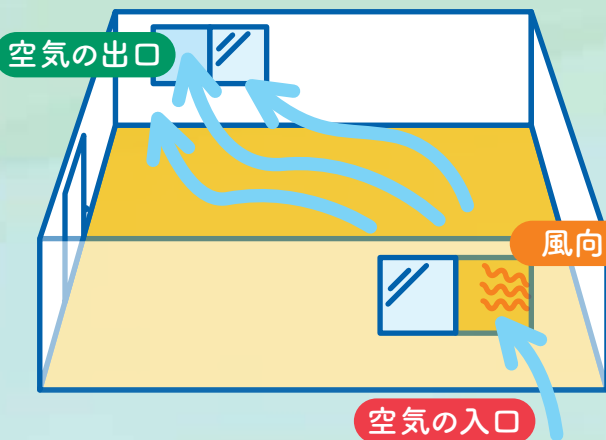
北九州市



# 空気の流れを作りましょう!

## POINT 01

空気の入口と出口を意識して2方向で換気をしましょう。



空気の通り道を作るよう、  
風向きを意識しながら  
2方向で換気しましょう。



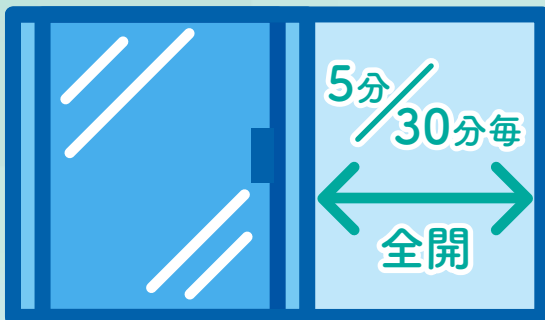
### MEMO

- サーキュレータで風の補助をすることも効果的です。
- 施設の立地によって、季節等で風量・風向きが変わります。窓にテープを吊り下げること風向きを確認できます。

## POINT 02

窓を10cm開けての常時換気も有効です。

施設の状態に合わせて、換気方法を使い分けましょう。

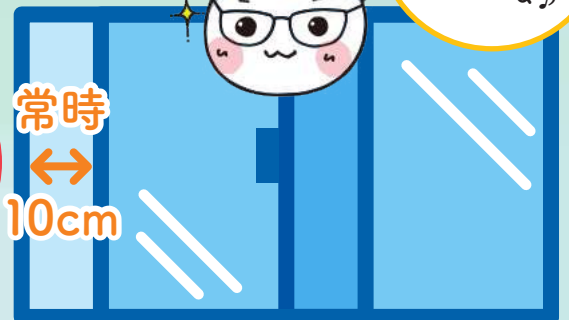


時間: 30分毎に1回5分程度

窓: 全開

同等の  
効果あり

常時  
10cm



時間: 常時

窓: 10cm程度開放

常時換気の方が  
室温の変化を  
抑えられるよ!

## POINT 03

窓を開けられないときは  
HEPAフィルタ付きの空気清浄機を活用しましょう。

扉を開放できるのであれば、開放しましょう。  
フィルタにはいくつか種類があります。  
HEPAフィルタは0.3 $\mu$ m程の小さい粒子を  
捕らえることができ、ウイルス除去に有効です。

※1 $\mu$ mは1mmの1000分の1。



### MEMO

- 空気清浄機は、風量が毎分5 $\text{m}^3$ 程度以上のものを使用しましょう。
- 給排気口のスイッチを入れましょう。
- 給排気扇による24時間換気が義務付けられている施設では、スイッチが入っていることを確認しましょう。



# 換気を行うときに気を付けたいこと

## POINT 04 空気清浄機の置き方を意識しましょう。

空気清浄機は、滞留した空気を清浄・循環させるために使います。



### MEMO

- 空気のよどみを発生させないように、風向きと空気清浄機の風向きを同じ方向にしましょう。
- 給排気口から離れた部分に設置すると、効果的です。
- 10㎡ (6畳程度) につき1台を設置の目安としましょう。

## POINT 05 二酸化炭素濃度を測定しましょう。

正しく換気ができているかどうかを確認するため、二酸化炭素濃度測定器を設置しましょう。



- 窓、ドア、換気口から離れた場所で、人から少なくとも50cm離れたところに二酸化炭素濃度測定器を設置しましょう。

## POINT 06 利用者の体調変化に気を付けましょう。

直接風が当たると利用者は体感温度が変化し、不快に感じる場合があります。

### 夏 気温が上がる時

冷房

- 換気を行いながら、エアコンで室温を調整しましょう。

- エアコンの風が直接当たると、利用者の体感温度も下がります。エアコンの風向きの角度を変える等工夫しましょう。

風向き

利用者

### 冬 気温が下がる時

暖房

- 開けている窓の近くに暖房器具を設置しましょう。

- 直接風の当たらない位置に利用者を移動させましょう。サーキュレータを活用し、気流の方向を変えましょう。

サーキュレータ



効果的な換気の徹底は、新型コロナウイルスだけでなく、  
その他のウイルス・細菌や塵・埃などの除去にも効果があります。  
積極的に実践し、利用者や職員の健康を守りましょう。

### 参考文献

- 令和3年度 高齢者介護施設における換気対策に関する実証調査研究報告書【令和4年 3月 9日】  
産業医科大学 産業保健学部 作業環境計測制御学講座 宮内 博幸 山本 忍  
産業生態科学研究所 産業保健管理学講座 永野 千景
- 冬場における「換気の悪い密閉空間」を改善するための換気の方法（リーフレット）  
【令和2年11月27日】厚生労働省
- 熱中症予防に留意した「換気の悪い密閉空間」を改善するための換気の方法（リーフレット）  
【令和2年 6月24日】厚生労働省



人権の約束事運動マスコットキャラクター  
モモマルくん

発行：北九州市 保健福祉局 先進的介護システム推進室

北九州市印刷物登録番号：第2211058C号(2022年7月発行)