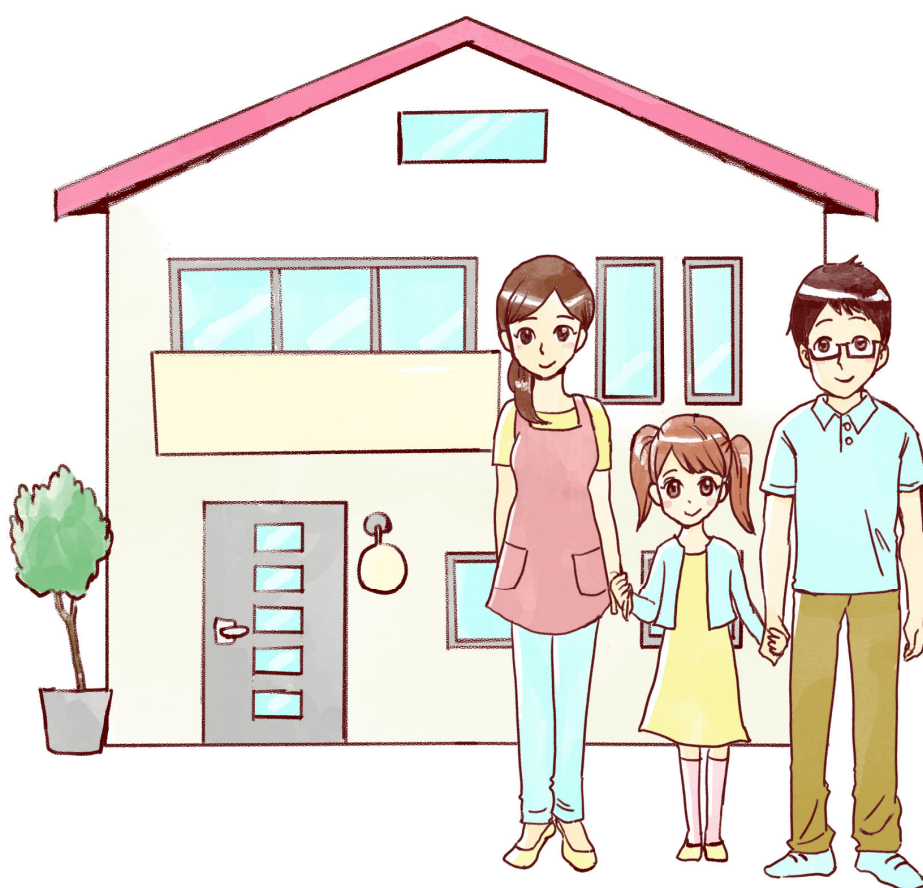


CASBEE-感染対策チェックリスト (住宅版)



2022年5月

SDGs-スマートウェルネス住宅研究企画委員会

CASBEE-感染対策チェックリスト(住宅版)の目的

新型コロナウイルス感染症拡大防止のためには、日常の生活、特に皆さんの生活の基盤である「住まい」における感染対策を考慮した生活行動が重要です。また、住まいには居住者の行動を支える備えが望まれます。「CASBEE-感染対策チェックリスト(住宅版)」は、こうした住まいにおける行動のポイントに気づき、それらに関連した住宅の備えについて、考える手がかりとしていただくことを目的としています。

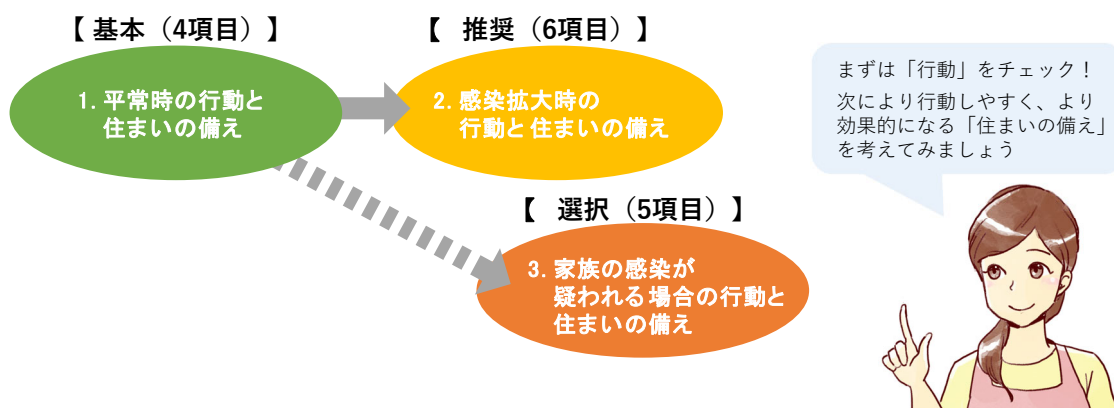
なお、本チェックリストの項目は新型コロナウイルス感染症の対策を主眼とした表現となっていますが、建築衛生を確保するための基本的要求にもなっており、インフルエンザ等も含めた他の感染症予防にも貢献するものと考えています。

チェックリストの構成

本チェックリストは15の質問に答える形で、住まいにおける感染拡大防止に資する行動と、それを支える住まいの備えについて、気づきが得られるような構成となっています。

質問は、社会の状況が、「平常時」なのか、社会全体で感染症の拡大を抑えなければならない「感染拡大時」なのかに応じて、『1. 平常時の行動と住まいの備え』と『2. 感染拡大時の行動と住まいの備え』に、さらに『3. 家族の感染が疑われる場合の行動と住まいの備え』を加えた3段階に分かれています。それぞれ基本的な事項「基本（4項目）」、推奨される事項「推奨（6項目）」、特に家族の感染時に選択的に対応する事項「選択（5項目）」に位置づけられます。

ご自分が確認したい状況を想定して回答し、行動と住まいの備えを点検してください。



チェックリストの使い方

チェックの対象は、すべての「住まい」と「住まい手」を想定して、簡易でわかりやすい質問となっています。またそれぞれの質問には対策の考え方や、感染拡大防止のための具体的な行動や、住まいの備えが例示されています。

住まいの備えについては、現在お住まいの住宅で一時的に対応できることのほか、リフォーム時や新築の設計時に検討できることが例示されています。ご自身の「住まい」の状況に応じて、対策をご検討する際にお役立ていただけると幸いです。

本チェックリストは、SDGs-スマートウェルネス住宅研究企画委員会の活動の一環として、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止を目的に、住宅における感染リスク低減策について、公知されている情報を元に作成したものです。チェックリストの結果は、感染防止を保証するものではありません。チェックリストの活用やその結果の表示にあたっては、法令上の義務に従った上、利用者ご自身の責任において行っていただきますようお願いいたします。

【基本】平常時の行動と住まいの備え

日頃の生活では、ご自身の健康管理に気をつけながら、住まいに病原体（感染源）を持ち込まないこと、持ち込む可能性があっても清潔な室内環境を維持することによって、家族内での様々な感染症の伝播を防ぐことをめざします。

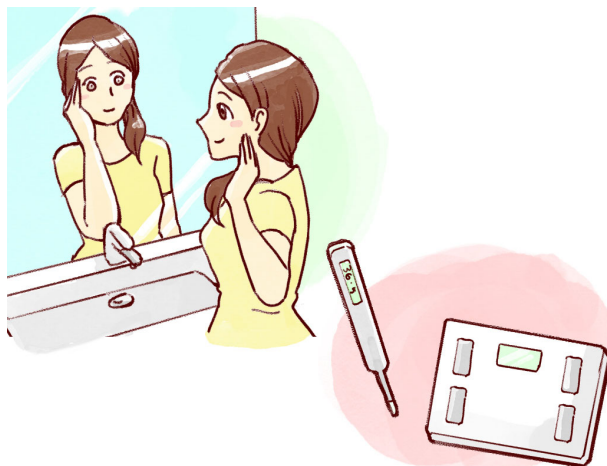
そのための行動や住まいの備えについて、チェックしてみましょう。

Q 1

日頃から、自身の健康状態をチェックしていますか？

☐ はい ☐ いいえ

体調の異変に早く気づくように、日々の自身の健康状態を確認しておきましょう。



Q 2

日頃使用している部屋では、常に換気をしていますか？

☐ はい ☐ いいえ

日頃から室内の換気を行い、清浄な空気環境を保ちましょう。

Q 3

日頃使用している部屋では、換気しながら、適切な室温と湿度を維持していますか？

☐ はい ☐ いいえ

換気を行っている時に適切な室温と湿度を保つことで、体への負担を軽減しましょう。特に、乾燥する冬に適切な湿度を保つことは、口、鼻、喉の乾燥を防ぎ、感染リスクを下げることに繋がります。

Q 4

帰宅後、すぐに手洗いや手指消毒をしていますか？

☐ はい ☐ いいえ

屋外や外出先から住まいにウィルス等を持ち込まないようにしましょう。



【推奨】感染拡大時の行動と住まいの備え

感染拡大時には、日頃から行なっている体調チェック等の健康管理や、手指衛生や咳エチケット、住まいの清掃や消毒等の衛生管理をより慎重に徹底して行う必要があります。また、外出自粛などの社会的な行動が制限されることもあります。

そのような感染拡大防止のために推奨される行動や住まいの備えについて、チェックしてみましょう。

Q 5

感染拡大時に、不要不急の外出を控え自宅で生活できる備えはありますか？

☐ はい ☐ いいえ

感染拡大時に、できるだけ外出を控えることで、自身の感染リスクおよびウィルス等を住まいへ持ち込むリスクを抑制しましょう。

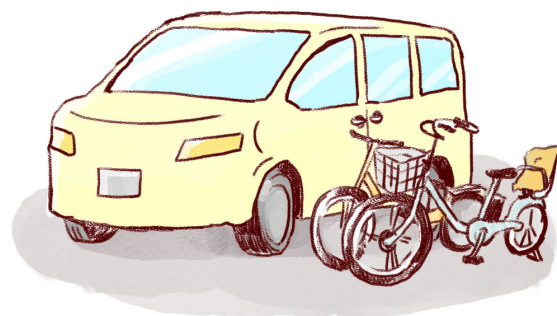


Q 6

感染拡大時に、公共交通機関を避けて外出できる備えはありますか？

☐ はい ☐ いいえ

感染拡大時に、不特定多数の人と接触する公共交通機関を避けることや、時差出勤やすいているルートを選ぶなどして3密を避けることで、自身の感染リスクを低減させ、社会の感染拡大を抑制しましょう。

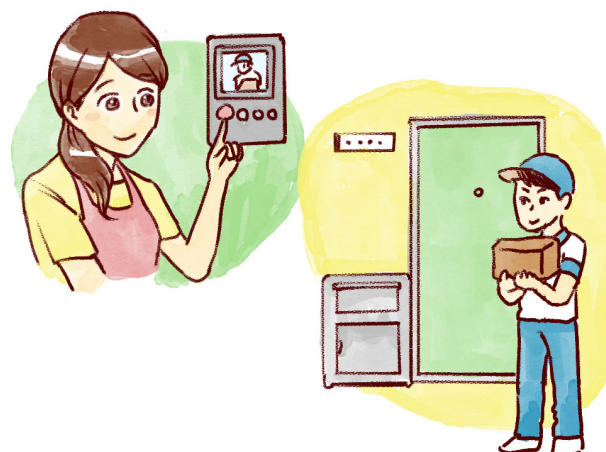


Q 7

感染拡大時に、外部からの訪問者との直接対面を控えた対応ができますか？

☐ はい ☐ いいえ

訪問者との直接の対面をできるだけ控えることで、ウィルス等の持ち込みを防ぎましょう。



Q 8

帰宅後、速やかにシャワーや風呂に入り、着替えることができますか？

☐ はい ☐ いいえ

手指だけでなく、全身を洗い、着替えることでウィルス等の持ち込みの防止を徹底しましょう。

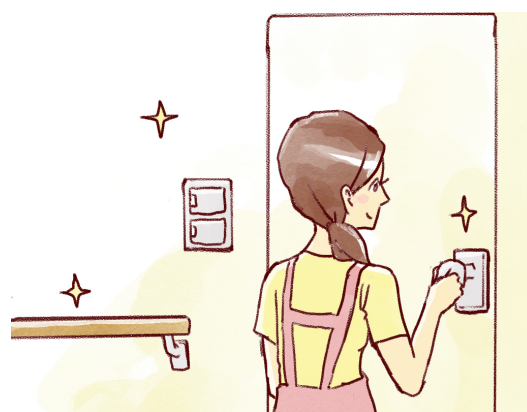


Q 9

家族の手が触れるドアノブやスイッチ、手すり等を清潔に保つことができますか？

☐ はい ☐ いいえ

家族の手が頻度高く触れる場所から、接触による感染を防ぎましょう。



Q10

家族で食器やタオル等を共有せず、個人個人で分けることができますか？

☐ はい ☐ いいえ

手や口が直接触れる食器やタオルを個人ごとに分けることで、接触を介した感染を防ぎましょう。



【選択】家族の感染が疑われる場合の行動と住まいの備え

感染拡大時には家族の感染が疑われ、家族間での感染症拡大を防止するためにより慎重に行動しなければならない状況も発生します。

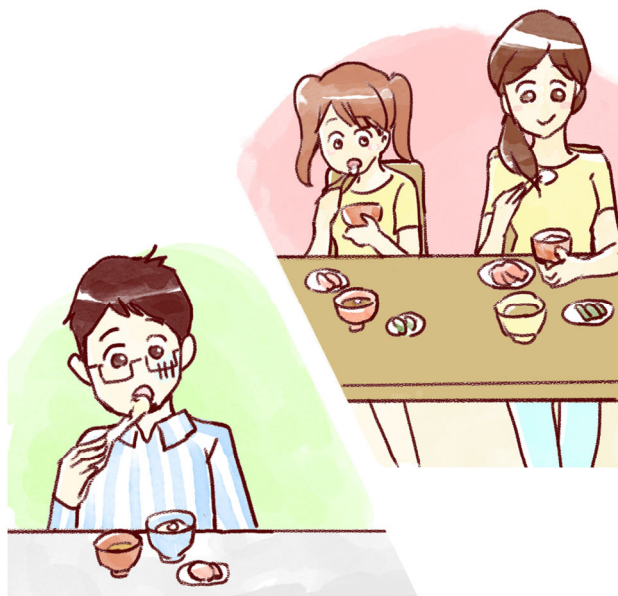
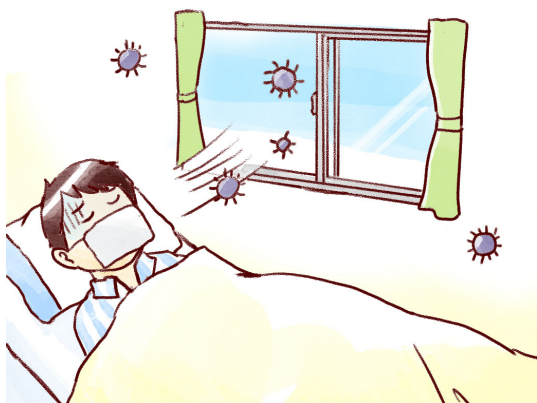
そのような事態になってしまった場合の行動や住まいの備えについて、チェックしてみましょう。

Q11

家族の感染が疑われる場合、他の家族と生活空間を分けることができますか？

☐ はい ☐ いいえ

感染の疑われる家族と他の家族との接触機会を減らし、家庭内感染を防ぎます。



Q12

家族の感染が疑われる場合、直接触れずにゴミ箱のゴミを処分することができますか？

☐ はい ☐ いいえ

感染の疑われる家族が使用したティッシュやマスク等のゴミに直接触れないようにすることで、ゴミを介した家庭内感染を防ぎます。



Q13

感染の疑われる家族の容態が急変したときに、家族がすぐに気づくことができますか？

☐ はい ☐ いいえ

療養中の家族の容態が急変したした場合に、いち早く気づき、速やかに対応できるようにします。

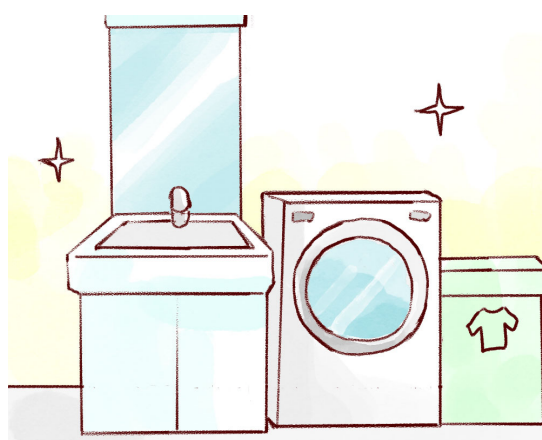


Q14

家族の感染が疑われる場合、洗面・脱衣室、浴室を常に清潔に保つことができますか？

☐ はい ☐ いいえ

体の接触する場所が多い洗面・脱衣室、浴室を清潔に保ち、家庭内感染を防ぎます。



Q15

家族の感染が疑われる場合、トイレを常に清潔に保つことができますか？

☐ はい ☐ いいえ

一日の使用頻度が高いうえ、体の接触する場所が多く、さらに便を経由した感染リスクも高いトイレを清潔に保ち、家庭内感染を防ぎます。



行動と住まいの備え 対策のヒント集

15のチェックリストについて、感染の拡大を防止するための暮らしにおける行動や住まいの備えの具体的な対策例をご紹介します。

「住まいの備えに」は、現在の住まいで取り組めることから、リフォームや新築の際に取り組むことまで例示してありますので、お住まいの住宅の状況にあわせて、何に取り組めるか、ぜひご検討ください。

【基本】平常時の行動と住まいの備え

行動による対策	住まいの備え
Q1 日頃から、自身の健康状態をチェックしていますか？	
● 体温、体重、血圧等を測定し、平常の値を記録しておきましょう。 ● 顔色や唇の色など、鏡で自身の健康状態を確認しましょう。 ● 異常を感じた時に、すぐに相談できるかかりつけ医をもっておきましょう。かかりつけ医がない場合、あなたの町の「新型コロナウイルス電話相談窓口」の連絡先を調べておきましょう。	● 自身で体調の変化を確認しやすいよう、寝室や洗面所等を工夫しましょう。 ・ 体温計等を置けるベッド周りのスペース ・ 十分な明るさと鏡を備えた洗面台 など
Q2 日頃使用している部屋では、常に換気をしていますか？	
● ご自宅の換気方式を確認し、適切に換気しましょう。 [24時間換気設備がある場合] ・ 換気設備のスイッチを常時ONにする ・ 壁等に給気口がある場合は、常に開放する ・ 換気設備のフィルタを定期的に清掃する ・ 必要に応じて窓開け換気をする [24時間換気設備がない場合] ・ 定期的に窓開け換気をする 窓やドアなど2方向の開放がおすすめ	● 部屋ごとに十分な換気量を確保できるよう、適切な換気計画としましょう。 ・ 居室ごとに必要な換気量を満たす機械換気設備 ・ 自然換気ができる窓の配置 など
Q3 日頃使用している部屋では、換気しながら、適切な室温と湿度を維持していますか？	
● 温湿度計で、室温と湿度を確認しましょう。 ● 必要に応じて冷暖房により、室温維持に努めましょう。 ● 必要に応じて除湿・加湿し、湿度維持に努めましょう。	● 部屋ごとに温湿度計を設置しましょう。 ● 換気時の外気取入経路を考慮し、冷暖房設備を配置しましょう。 ● 加湿器を配置しましょう。 ● 住まいの断熱性能を高めましょう。 ・ 省エネ基準を満たす断熱等性能の確保 ・ 窓、天井、床、外壁等の断熱改修 など
Q4 帰宅後、すぐに手洗いや手指消毒をしていますか？	
● 帰宅後、できるだけドアノブなどに触れずに洗面所に直行し、手洗いや手指消毒をしましょう。 ● 玄関廻りに消毒液等を備え、その場で消毒しましょう。	● 帰宅時に速やかに手洗い・手指消毒ができるように工夫しましょう。 ・ 玄関廻りに手指消毒液を配置 ・ 玄関廻りに手洗い場を設置 ・ 玄関から直接洗面所等に行ける動線計画 など

【推奨】感染拡大時の行動と住まいの備え

行動による対策	住まいの備え
Q5 感染拡大時に、不要不急の外出を控え自宅で生活できる備えはありますか？	
●日頃から遠隔コミュニケーション手段（電話・メール・ビデオ通話等）に慣れておきましょう。 ●日頃から家族で在宅勤務や在宅学習に取り組んでおきましょう。 ●食料品や医療品などの買い置き・備蓄をしておきましょう。	●家族の在宅勤務、在宅学習に備えておきましょう。 ●在宅時にも自宅で運動や趣味に取り組むことができるよう備えておきましょう。 ・お互いに邪魔にならずに在宅家族の勉強・仕事・趣味を可能にするスペースや個室 ・お互いの音を気にせずに作業できる間仕切りやドア等 ・十分な数のコンセント、十分な容量のインターネット回線等 ・作業スペースの窓や換気設備、暖冷房設備 ●日用品等のストックスペースを備えておきましょう。 ・医薬品や食料を買い置きしておけるパントリーなど
Q6 感染拡大時に、公共交通機関を避けて外出できる備えはありますか？	
●自動車、バイク、自転車等、公共交通機関以外の移動手段を保有、または借りられるようにしておきましょう。 ●公共交通機関以外で移動するルートを確認しておきましょう。 ●公共交通機関を利用する場合は、3密を回避するため、時差出勤や、すいている車両やルートを選ぶなどしましょう。	●家族に必要な移動手段の台数と保管場所を確保しておきましょう。 ・自動車、バイク、自転車 等 ・駐車・駐輪スペース など
Q7 感染拡大時に、外部からの訪問者との直接対面を控えた対応ができますか？	
●直接行き来できなくても、友人や離れた家族とコミュニケーションがとれるよう、日頃から遠隔コミュニケーション手段（電話・メール・ビデオ通話等）に慣れておきましょう。 ●宅配物等は、新聞受けや置き配を利用して受け取れるようにしておきましょう。	●玄関で対面対応を回避できるよう備えておきましょう。 ・ビデオ付きインターフォン ・口の大きい郵便受けや新聞受け ・宅配ボックス ・セキュリティ対策のされた玄関や勝手口の扉 など
Q8 帰宅後、速やかにシャワーや風呂に入り、着替えることができますか？	
●帰宅後、リビングや個室に入る前に風呂やシャワーで体を洗い、着替えるようにしましょう。 ●脱いだ衣服はランドリーボックスなどにまとめるようにしましょう。	●帰宅後、速やかに入浴できるよう工夫しましょう。 ・玄関から直接浴室に行ける動線 ●脱いだ服をまとめておけるよう工夫しましょう。 ・脱衣所にランドリーボックスを設置 など

行動による対策	住まいの備え
Q9 家族の手が触れるドアノブやスイッチ、手すり等を清潔に保つことができますか？	
● 帰宅後、ドアノブやスイッチ、手すり等に極力触れずに洗面所までいき、手洗いするようにしましょう。 ● 手洗いまたは手指消毒前に触れる箇所を、定期的にアルコール等で消毒しましょう。 ● 家族が頻繁に触れたり、操作する部位を定期的にアルコール等で消毒しましょう。	● ドアノブ、スイッチ、壁等に触れずに家の中を移動しやすいように工夫しましょう。 ・ 玄関まわりに手洗い場を設置 ・ 自動照明スイッチ、自動水栓、自動ソープディスペンサー、自動消毒液ディスペンサー ● 家族が頻繁に触れたり、操作する部位について、清掃・消毒しやすい仕様にしましょう。 ・ 水やアルコール等で拭拭しやすい内装仕上げなど
Q10 家族で食器やタオル等を共有せず、個人個人で分けることができますか？	
● 食事の際、料理を大皿で出すのではなく個人の食器に取り分けておくようにしましょう。 ● 家族で別々のタオル（洗面、トイレ、バスタオル）を使用するようにしましょう。ペーパータオルの活用も有効です。 ● 使用後の食器やタオル類の洗浄・洗濯を徹底しましょう。	● 家族分の食器やタオルをしまっておける収納や水回りスペースを工夫しましょう。 ・ 家族分の食器を収納しておけるスペース ・ 家族分のタオルを置ける洗面・手洗いまわり、脱衣室のスペース ・ ペーパータオル用ホルダー など

【選択】家族の感染が疑われる場合の行動と住まいの備え

行動による対策	住まいの備え
Q11 家族の感染が疑われる場合、他の家族と生活空間を分けることができますか？	
● 感染の疑われる家族からの感染リスクを可能な限り低減させましょう。 ・ 家庭内でのマスクの着用 ・ こまめな手洗い・手指消毒。特に食事前の徹底 ・ ドアノブ、手すり、ソファの肘掛け、テーブル、リモコン等、家族の手が触れる箇所のこまめな消毒 ・ 感染の疑われる家族の使用したシーツ・枕カバー・タオル・衣服等のこまめな洗濯 ● 感染の疑われる家族は、仕切られた空間・部屋で療養させましょう。 ・ 個室を確保できる場合は、個室で療養 ・ 感染の疑われる家族のいる部屋の定期的な窓開け換気の徹底 ・ 感染者のいる部屋からの廊下や他の部屋への空気の流出の防止（ドアのアンダーカット等） ・ 感染の疑われる家族と場所をわけ、時間をずらした食事	● 感染の疑われる家族が、他の家族と別に生活・療養できる部屋やスペース、動線を確保しましょう。 ・ 感染の疑われる家族が、他の家族とわかれて生活できる個室・空間の仕切り ・ 感染の疑われる家族が生活する空間から洗面・トイレへの独立した動線、または家族同士が交差しない工夫 ● 感染の疑われる家族のいる空間の空気が、他の家族のいる空間の空気と混ざらずに換気できるように工夫しましょう。 ・ 感染の疑われる家族のいる空間から、直接屋外に排気できる換気設備 など
Q12 家族の感染が疑われる場合、直接触れずにゴミ箱のゴミを処分することができますか？	
● 直接ゴミに触れずに、袋に密閉して処分しましょう。	● 感染の疑われる家族のゴミとの接触をできるだけ避けられるよう工夫しましょう。 ・ 自動開閉や足踏みタイプのフタつきで密閉でき、ゴミ袋を簡単に取り替えられるゴミ箱の設置 など
Q13 感染の疑われる家族の容態が急変したときに、家族がすぐに気づくことができますか？	
● こまめに療養者に声がけし、療養者の様子を確認しましょう。 ● 携帯電話やブザーなど、療養者から家族に連絡できる手段を確保しましょう。	● 家族が療養者の様子を見守ることができるよう工夫しましょう。 ・ 療養者の生活空間の見守りシステム など
Q14 家族の感染が疑われる場合、洗面・脱衣室、浴室を常に清潔に保つことができますか？	
● 感染の疑われる家族が最後に浴室を使うようにし、入浴後は清掃しましょう。複数の浴室やシャワーブースがある場合は、使い分けましょう。 ● 脱いだ衣服をランドリーボックスなどにまとめましょう。 ● 家族で使用するタオルを分けましょう。 ● 使用後に、手の触れた場所の消毒を徹底しましょう。	● 着ていた衣服に触れずに洗濯ができるよう工夫しましょう。 ・ 脱衣所のランドリーボックス ● 家族でタオルを使い分けられるよう工夫しましょう。 ・ 家族分のタオルの収納やタオル掛け ● 接触部位を清潔に保つよう工夫しましょう。 ・ 水やアルコール等で清拭しやすい内装仕上げ ・ 使い分けのできる浴室、シャワーブース など

行動による対策	住まいの備え
Q15 家族の感染が疑われる場合、トイレを常に清潔に保つことができますか？	
●複数のトイレがある場合は、使い分けましょう。 ●トイレ使用後は、フタを閉めてから流しましょう。 ●使用後は、必ず手洗い・手指消毒をしましょう。 ●トイレ内に消毒液や洗浄シートを備え、使用後の接触部位の消毒を徹底しましょう。	●トイレの使用後、すぐに手洗い、手指消毒できるように工夫しましょう。 ・トイレ洗浄用の消毒液・使い捨て洗浄シート等を置くスペース ・石鹸なども置けるトイレ内の手洗い場 ●家族でタオルを使い分けられるよう工夫しましょう。 ・家族分のタオルの収納やタオル掛け ・ペーパータオル用のホルダー ●便座やスイッチなどの接触部位を清潔に保つことができるよう工夫しましょう。 ・水やアルコール等で清拭しやすい内装仕上げ ・使い分けのできる複数のトイレ など

建物の感染対策チェックリスト（住宅版）	
【基本】 平常時の行動と住まいの備え	
Q1 日頃から、自身の健康状態をチェックしていますか？	☐ はい ☐ いいえ
Q2 日頃使用している部屋では、常に換気をしていますか？	☐ はい ☐ いいえ
Q3 日頃使用している部屋では、換気しながら、適切な室温と湿度を維持していますか？	☐ はい ☐ いいえ
Q4 帰宅後、すぐに手洗いや手指消毒をしていますか？	☐ はい ☐ いいえ
【推奨】 感染拡大時の行動と住まいの備え	
Q5 感染拡大時に、不要不急の外出を控え自宅で生活できる備えはありますか？	☐ はい ☐ いいえ
Q6 感染拡大時に、公共交通機関を避けて外出できる備えはありますか？	☐ はい ☐ いいえ
Q7 感染拡大時に、外部からの訪問者との直接対面を控えた対応ができますか？	☐ はい ☐ いいえ
Q8 帰宅後、速やかにシャワーや風呂に入り、着替えることができますか？	☐ はい ☐ いいえ
Q9 家族の手が触れるドアノブやスイッチ、手すり等を清潔に保つことができますか？	☐ はい ☐ いいえ
Q10 家族で食器やタオル等を共有せず、個人個人で分けることができますか？	☐ はい ☐ いいえ
【選択】 家族の感染が疑われる場合の行動と住まいの備え	
Q11 家族の感染が疑われる場合、他の家族と生活空間を分けることができますか？	☐ はい ☐ いいえ
Q12 家族の感染が疑われる場合、直接触れずにゴミ箱のゴミを処分することができますか？	☐ はい ☐ いいえ
Q13 感染の疑われる家族の容態が急変したときに、家族がすぐに気づくことができますか？	☐ はい ☐ いいえ
Q14 家族の感染が疑われる場合、洗面・脱衣室と浴室を常に清潔に保つことができますか？	☐ はい ☐ いいえ
Q15 家族の感染が疑われる場合、トイレを常に清潔に保つことができますか？	☐ はい ☐ いいえ

新型コロナウイルス感染症関連特設ページのご紹介

一般財団法人建築環境・省エネルギー機構（IBEC）が公開しているこちらのページでは、感染予防、健康関連について、住宅・建築物において気を付けるべき対策等について情報提供されています。また、国土交通省や厚生労働省、日本建築学会、空気調和・衛生工学会等が公開する情報へのリンクなども紹介されています。



<https://www.ibec.or.jp/topic/COVID-19/index.html>

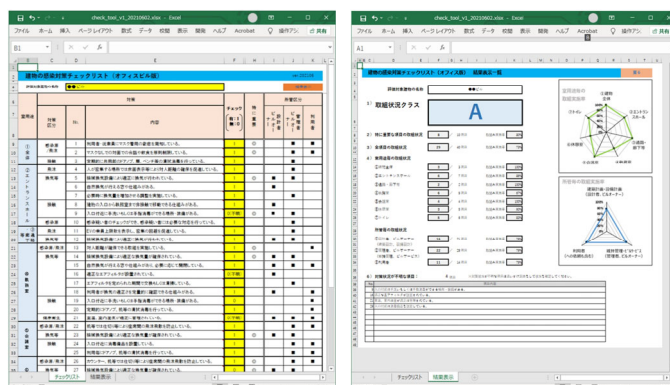


『CASBEE-感染対策チェックリスト（オフィス版）』のご紹介

一般社団法人日本サステナブル建築協会では、オフィスビルを対象に、建物における感染対策を評価するツールを開発し公開しています。建物のユーザーサイドと管理者サイドの双方が建物に有する感染に関わる問題点に気づき、両者の連携により具体的な取組みが進められるよう、「気づきのためのチェックリスト」方式となっています。こちらのページからマニュアル（PDFファイル）と評価ソフト（Microsoft Excelファイル）をダウンロードすることができます。



https://www.jsbc.or.jp/research-study/casbee/tools/infection_control.html



『CASBEE-感染対策チェックリスト（オフィス版）』評価ソフト

CASBEE-感染対策チェックリスト（住宅版） 開発体制

SDGs-スマートウェルネス住宅研究企画委員会

顧問：村上 周三 （建築環境・省エネルギー機構理事長）

委員長：伊香賀 俊治 （慶應義塾大学理工学部教授）

SDGs-スマートウェルネス住宅における感染対策チェックリスト開発部会

部会長：清家 剛 （東京大学大学院新領域創成科学研究科教授）

幹事：中野 淳太 （東海大学工学部准教授）

委員：秋元 孝之 （芝浦工業大学建築学部教授）

伊香賀 俊治 （慶應義塾大学理工学部教授）

榮留 富美子 （EIDOME Consulting 代表・感染管理認定看護師）

鍵 直樹 （東京工業大学環境・社会理工学院教授）

田辺 新一 （早稲田大学創造理工学部教授）

樋山 恭助 （明治大学理工学部准教授）

藤野 善久 （産業医科大学産業生態科学研究所教授）

和田 耕治 （国際医療福祉大学医学部大学院医学研究科教授）

近田 智也 （積水ハウス株式会社）

林 哲也 （積水化学工業株式会社）

三井所 清史 （株式会社岩村アトリエ）

渡辺 直哉 （旭化成ホームズ株式会社）

SDGs-スマートウェルネス研究開発コンソーシアム参加企業委員：

布井 洋二 （旭ファイバーグラス株式会社）

川上 将史 （関西電力株式会社）

堀田 修吾 （住友林業株式会社）

朝桐 大介 （積水化学工業株式会社）

山田 裕巳 （積水ハウス株式会社）

二宮 誠英 （東京ガス株式会社）

梅本 大輔 （パナソニック ホームズ株式会社）

豊原 直章 （株式会社LIXIL）

（2022年3月時点）

「CASBEE-感染対策チェックリスト（住宅版）」

■編集：SDGs-スマートウェルネス住宅研究企画委員会

■発行：一般社団法人日本サステナブル建築協会（JSBC）

〒102-0093 東京都千代田区平河町2-8-9 H B 平河町ビル

E-mail swb@jsbc.or.jp

URL https://www.jsbc.or.jp/research-study/casbee/tools/infection_control.html

■イラスト：織田博子