

大雪警報(東京)とコロナ第6波(ともに2022年1月6日)対策チェックリスト20選

作成： 日本マネジメント総合研究所合同会社 理事長 戸村智憲

この度の新型コロナウイルス感染症(COVID-19)渦中の苦境をはじめ、台風/豪雨災害・各種震災など各地の災害等で、国籍等に関わらず感染・被災された方々と復興者の皆様・世界各地の医療機関関係各位ならびに各種関係各位のご安全と1日も早い実りあるご快癒・復旧復興と共に、ご無念ながらに天上に召されました尊い御霊・御仏のご冥福を心よりお祈り申し上げます。

さて、年明け間もない本日2022年1月6日は、東京で昼頃の粉雪程度からしっかり積もるほど3~4時間で急変しての大雪警報となり、また、同時に新型コロナウイルス感染症の第6波突入の表明(日本医師会会長の表明)となり、コロナ渦中に「同時多発リスク想定」(©戸村智憲)で備える必要性を痛感させられ、昨今の感染症や災害などの縮図を見るような1日となりました。

首都圏は雪害に脆弱性もあり、また、交通・物流・流通などの乱れや事故だけでなく、日々の生活でも雪で滑って転倒しての骨折などの傷害などにも、十分な留意が必要な状態ともいえます。

そこで、特にコロナ渦中の首都圏などでの雪害リスクにおいて、注意しておきたい点についてまとめてお届け致します。

少しでも自助としても身を守り、要救助者などにならないで共助で助ける側にも回れるよう、また、コロナ渦中の第6波で感染症以外に医療従事者や救急隊員などに負担をかけずに済むよう、お互いにご安全にご健康にお過ごし頂ける一助となれば幸いです。

✓	チェック項目等
	感染症対策でも雪害対策でもステイホーム・リモートワークで、不要不急の外出見合わせ
	雪や凍結した路面ですべりにくいよう着脱式のスパイクなどの装着
	頭部を保護しやすい帽子・ヘルメットや肘・膝などのプロテクターの装着
	労災対策も含めて一夜明けた凍結路面・雪が増した路面を避けるリモート対応の調整
	通院時などの雪面での転倒を避けやすいオンライン診療の利用検討
	秋季~春季の自動車でのチェーンやスノーソックスの常備や装着
	自動車にも防災セット(特に暖を取りやすいもの)・非常食などの常備
	出社の要請より出社の抑制の指示(台風・地震でも同様に二次災害や労災等も視野に)
	自動車などの雪をとかず際は急速な凍結を避けるためお湯ではなく冷水で対応
	配管などの凍結予防策を講じる

	お風呂場でのヒートショック対策として脱居場所や風呂内を温めてから入浴する
	自動車のサイドブレーキ不使用とPポジションで車止めの利用(凍結を避けるため)
	医療逼迫を避けるため全国版救急受診アプリ「Q助」で緊急度に合わせた救急車利用
	いざという時に備えクレジットカードや各種の傷害保険の加入内容をチェック
	自動車運転にて急加速・急ブレーキを避けて低速発進・早めの減速をする
	JAFや自動車保険付帯のロードサービスの電話番号を確認しておく
	在宅ワークなどの際は急な暖房などの利用でブレーカーが落ちて業務の支障やオンライン会議が途切れないよう留意、または、無停電電源装置などの利用
	配送の遅延などで自分にとって何が不足する可能性があるか(または実際に不足して困ったか)を把握し、雪解け後もリスク対策に活かす (例)大切な医薬品、食糧(備蓄は十分か)、困ったら通販で頼めば済むと思っていた物
	寒いながらも感染症対策・火災対策・一酸化炭素(CO)中毒対策なども併せた換気
	外は寒く感染症も渦巻く時期にこそ、家族や大切な人との心は温かく過ごす

※新型コロナウイルス感染症の公式の最新情報等は必ず厚労省などの公式サイトをご確認下さい。厚労省の例：https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html

※全国版救急受診アプリ「Q助」(総務省消防庁)：
<https://www.fdma.go.jp/mission/enrichment/appropriate/appropriate003.html>

※JAFの雪道での注意点など(例)：<https://jaf.or.jp/common/attention/snow>

弊社のウェブサイト：<https://www.jmri.co.jp/>

弊社のCOVID-19特設ページ：<https://www.jmri.co.jp/covid-19article.html>

