

民泊と衛生

—あなたの民泊を守るために—

民泊環境衛生ノート2021は、民泊の宿泊客や従業員の健康を守るために、適切な衛生環境の維持・管理を行うことを目的としています

民泊環境衛生ノート
2021

民泊の衛生

■ 民泊は公衆衛生の一翼を担う

初めて来た人、遠くから来た人の安全を守ることは宿泊事業の大切な責務です。感染症に代表される健康被害をもたらす事象を放置すれば、巡りめぐってあなたの民泊の「健康」も害してしまいます。

衛生環境を守っていくことは、あなたの宿泊事業や民泊活動を守る基本です。まずは、あなたの民泊の環境衛生を適切に管理することから始めましょう。

■ 2020年新型コロナウイルス感染症のパンデミックを経験して

感染症が流行すれば住宅宿泊業や旅館業はその影響を大きく被ります。民泊宿泊実績の急激な減少はそのことを表しています。

でも、民泊は経験や専門性が少ない家主や管理者が宿泊事業をおこなっています。だからこそ、

起こりうることを「知って」→

あなたの民泊の状態を「点検・見直して」→

適切な手順を「やってみる」→

(そして何度も繰り返す)

■ 観光衛生マネジメント

安全な衛生環境を用意し持続させる民泊活動への取り組みは、あなたの民泊の「健康」と「安心」を積極的にアピールすることにもつながります。

観光衛生マネジメントとは「観光地の経営において衛生対策、特に感染症の未然防止や感染者発生後の円滑な対応への備えにより、旅行者、地域にとって安全、安心の維持を総合的に図る活動」です。

新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の感染拡大を通じてツーリズム産業の特殊性に鑑みた観光衛生対応を基軸としたサービス、機能、組織の再構築、管理・運営手法である「観光衛生マネジメント」が求められる時代になってきたといわれています。

■ 危機管理をイメージして

民泊を守るには、防疫、防災、事故防止など、さまざまな危機管理が求められます。けれど、前もって準備していればむずかしくないはず。まずは、常日頃の衛生管理を大事にすることから始めましょう。

ここでは代表的な危機である感染症の問題をイメージしながら、環境衛生であなたの民泊がやるべき方策、やれる方策を考えていきます。

その基本は3つ

その1. 知る [知ろう・学ぼう]

まずは、あなたの民泊について知ることから始める
つぎに、立ち向かうべき課題のすがたについて知る

その2. 見つける [点検して・見つけよう]

衛生環境に悪影響を与える要因を見つける

その3. やってみる [実践してみよう]

あなたの民泊の衛生環境を守るためにやるべきことを行う
ゲストにもお願いして、やるべきことを考えていこう

■ 感染症について

身の回りには目に見えない多くの微生物（細菌、ウイルス、真菌（カビ、酵母等））が存在します。その中で感染症を引き起こす微生物を病原体といいます。

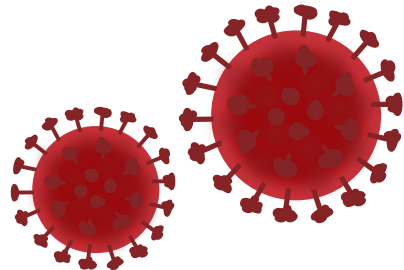
回虫やギョウ虫のような寄生虫によって起こる寄生虫症も感染症の1つです。

感染から発症までのメカニズムは多様で、直接体内の細胞や遺伝子を傷つける、自己免疫を暴走させるなど様々です。細菌やウイルスはすぐにその遺伝子を改変して変異型や新型に変化し、新たな流行を生み出します。

□ 新興感染症 □

1970年以降に新しく認知され、地域的、国際的に公衆衛生上の問題となる感染症です。

SARS（重症急性呼吸器症候群）/ 鳥インフルエンザ / ウエストナイル熱 / エボラ出血熱 / クリプトスポリジウム症 / クリミア・コンゴ出血熱 / 後天性免疫不全症候群（HIV） / 重症熱性血小板減少症候群（SFTS） / 腸管出血性大腸菌感染症 / ニパウイルス感染症 / 日本紅斑熱 / バンコマイシン耐性黄色ブドウ球菌（VRSA）感染症 / マールブルグ病 / ラッサ熱 / そして2019年、新型コロナウイルスによるCOVID19



ウイルス

□ 再興感染症 □

かつて存在した感染症で、近年再び増加してきたもの、あるいは将来的に問題となる可能性がある感染症（WHO：1990年）です。耐性菌の増加、地球温暖化による生態系の変化、交通手段の発達、病原性の強毒化などが原因と考えられています。

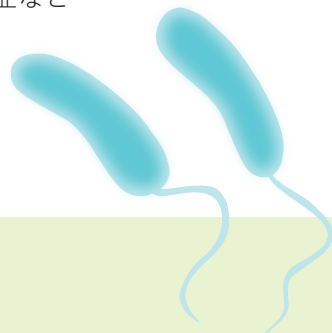
ウイルス：インフルエンザ、麻疹、デング熱、黄熱、日本脳炎、狂犬病など

細菌：サルモネラ感染症、腸チフス、赤痢、コレラ、黄色ブドウ球菌感染症、化膿レンサ球菌感染症、結核、ジフテリア、梅毒、ペストなど

寄生虫：マラリア、アメーバ赤痢、エキノコックス症など



寄生虫



細菌

■ 感染の経路

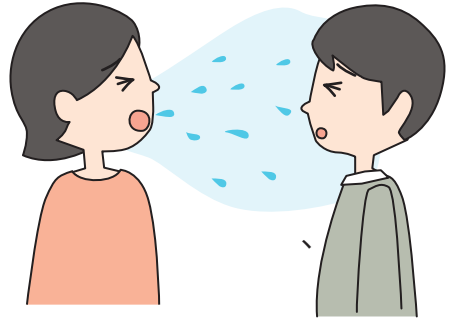
病原体に感染した人（感染者）・動物・昆虫や汚染された物や食品が感染源となります。注意すべき感染経路は、接触（経口）感染、飛沫感染、空気感染（飛沫核感染）の3つ。

[飛沫感染]

咳、くしゃみや会話によって飛んだつばやしぶき（飛沫）に含まれる病原体を吸入することで引き起こされる感染です。

飛沫は直径 0.005mm 以上で水分を含むため、届く範囲は感染源から 1～2m 程度とされています。そのため、マスクの着用や感染源から距離をとることが有効な対策となります。

疾病の代表としては、インフルエンザ、風邪症候群、おたふく風邪、風疹などです。



■ 感染症の歴史

厚生労働白書（16）（抜粋）

「第2章 現代生活に伴う健康問題の解決に向けて | 第1節—1 人類と感染症の歴史」

人類と感染症の関わりは古く、例えば、エジプトのミイラからは、疱瘡（ほうそう）（天然痘）に感染した痕が確認されている。ウイルスや細菌の誕生が人類の誕生以前の出来事であったことを想起すれば、人類の誕生とともに感染症との闘いの歴史が始まったといっても過言ではないだろう。

中世ヨーロッパにおいて人口の3分の1が死亡したといわれるペスト、世界中で5億人以上の者が感染し、死者数が2,000万人とも4,000万人ともいわれる1918（大正7）年からのインフルエンザの汎流行（パンデミック）（「スペイン風邪」）など、感染症は多くの人類の命を奪ってきた。我が国においても大流行し、2,500万人が感染し、38万人が死亡したといわれる。

一方、18世紀以降、ワクチンの開発や抗生物質の発見により、感染症の予防・治療方法が飛躍的に進歩した。ワクチンによる予防効果は劇的であり、1980（昭和55）年には世界保健機関（World Health Organization：WHO）による天然痘の根絶宣言という人類にとっての金字塔が打ち立てられるなど、感染症はもはや脅威ではあり続けられないと思われていた。しかし、それと前後して、1976（昭和51）年にエボラ出血熱、1981（昭和56）年にエイズ（AIDS、後天性免疫不全症候群）が出現するなど、ここ30年の間に少なくとも30の感染症が新たに発見されている。これらを新興感染症といい、21世紀に入ってからも、2003（平成15）年には重症急性呼吸器症候群（Severe Acute Respiratory Syndrome：SARSサーズ）が出現し、また高病原性鳥インフルエンザウイルスの流行などが発生している。結核、マラリアなど古くからある感染症の中には、近い将来克服されると考えられていたものの再び流行する傾向が出ている感染症がある。これらを再興感染症といい、近年アメリカにおいて急速に発生地域が拡大しているウエストナイル熱を始めとして、様々な感染症が再び脅威となりつつある。

[空気感染]

飛沫に含まれる水分が蒸発した直径 0.005mm 以下の粒子を飛沫核といい、空間に浮遊して広範囲に広がります。病原体は埃と共に浮遊し、これらを吸入することで伝播することを空気感染または飛沫核感染といいます。

ノロウイルス、麻疹ウイルス、結核菌などが空気感染によって感染します。



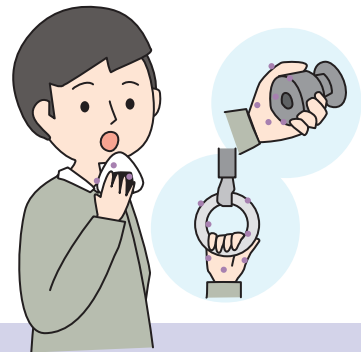
[接触感染]

皮膚や粘膜の直接的な接触や、手、ドアノブ、手すり、便座、スイッチ、ボタン等の表面を介しての接触で病原体が付着することによる感染です。

病原体に汚染された食品・物・手指、病原体を含む汚物・嘔吐物を介して主に口から体内に侵入します。ノロウイルス、ロタウイルス、腸管出血性大腸菌 (O-157)、サルモネラ菌、黄色ブドウ球菌などによる感染性胃腸炎が代表です。

HIV 感染エイズ、クラミジアのような性感染症は、血液や体液、粘膜を通しての接触感染です。

病原体を持つ動物に噛まれたり、引っかかれたり、体や糞に触れることで感染する狂犬病やトキソプラズマなど、蚊・ノミ・ダニなどに刺されて感染するマラリアや日本脳炎などのように、動物や昆虫を媒介者として感染する場合があります。



□ 新型コロナウイルス

新型コロナウイルスは飛沫感染と接触感染が主な感染経路です。

その経路をできるだけ閉じるため、密集・密接・密閉を防ぎ、ソーシャルディスタンスをとることが提唱されました。

その他、母親から胎児・新生児に、胎盤や母乳などを介して病原体が直接伝播される母子感染（垂直感染）があります。

□ 感染症の時期

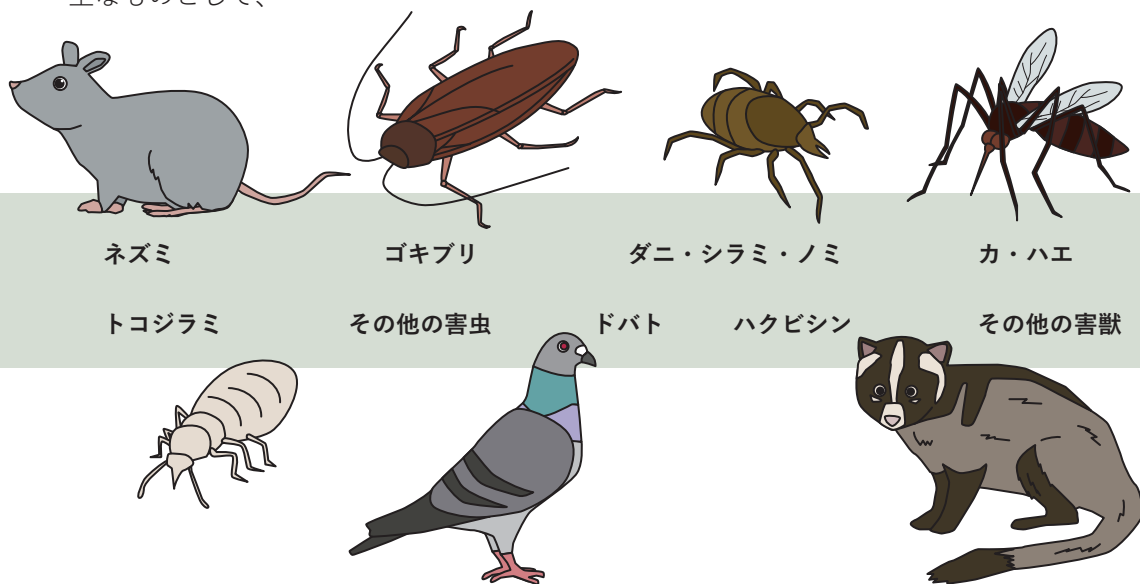
毎年のように流行する感染症では、季節のピークが知られているものもあります。けれど、新型コロナウイルスのように、感染流行は季節や時期で固定できません。さらに、変異型による再流行など、全く予測がつかないものがほとんどです。

■ 生物由来の感染

接触感染では、虫（病害虫）や大型の動物（病害獣）がウイルスや細菌を媒介することもあります。

地球環境の改変で、今まで接触しなかった細菌やウイルスに接することが多くなる可能性があります。世界からゲストを迎え、不特定多数の人が一定期間宿泊して旅立っていく「民泊」では、新興感染症や再興感染症といった危険（リスク）にいつもさらされています。

主なものとして、



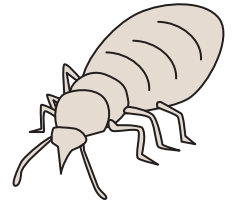
■ アレルギー

アレルギーには、花粉症や金属・動物アレルギー、食物アレルギーなどがあります。アレルギーの発症程度は個人的な体質によるものもありますが、不快感だけでなく、かゆみや湿疹、呼吸器系の障害、下痢・嘔吐など様々な症状があり、アナフィラキシーなど命にかかわることもあります。

室内環境では、ダニ、ゴキブリ、カビなどがアレルギーとなります。

アレルギーとは、アレルギー疾患を持っている人の抗体と特異的に反応する抗原のこと。一般には、そのアレルギー症状を引き起こす原因となる物質を言います。

感染対策の基本（換気、清掃、消毒）は、アレルギー対策の基本でもあります。



■ トコジラミ

宿泊業にとって特に注意を要する病害虫に「トコジラミ」があります。

かつて、第二次大戦後の日本に広くまん延していましたが、DDTや効力のある薬剤により東京オリンピックの頃には日本中でいなくなりました。

ところが2000年ころから、人・物の世界規模での交流、海外旅行、ビジネス出張の増加で、卵や幼虫が荷物に付着して世界規模で拡大しました。

効力のある薬剤を使わなくなり、ピレスロイド系殺虫剤に抵抗性を持ったトコジラミが増え、世界の先進国で再興が始まったと考えられています。

海外では一流ホテルや高級ブランド品店などで発生してしまい、休業せざるを得なくなったり、訴訟問題まで起きています。日本で調査された集団の90%近くに抵抗性を示す遺伝子変異が認められた、との報告もあります。

トコジラミは人が使用するものに付着して潜り込み、あちこちに広がる厄介な害虫です。たとえばこんな事例も。

- トコジラミの住み着いたベッドに座った際、トコジラミが衣服に入り込み、移動先に広がった。
- ホテルの部屋にカバンを置いたところ、産卵され、そのまま自宅に持ち帰って被害が広がった。
- トコジラミの付着したシーツをカートに入れたため他のシーツに移り、他の部屋にも広がった。
- 親しい友人の部屋をお互い行ったり来たりしているうちに被害が広がった。
- 病院でも、発見し駆除したのに、1年後には11部屋、2年7ヶ月後には67部屋に広がった。
- 配管配線、ダクト、天井裏、ドアの下や壁の隙間などを利用し、あちこちの部屋に広がった。

ガラス面などすべすべした面を上ることはあまり得意ではありません。ゲストには、荷物は床面などに置かず、滑らかな台の上などに置くようお願いしましょう。

一般にはナンキンムシ（南京虫）とも呼ばれているが、標準和名はトコジラミです。

メスは1日5-6個の卵を産み、またたく間に増加します。吸血しなくても1年くらい生きていることがあり、長く空室になっていた部屋でも被害を受けることがあります。

他の昆虫と同じように夏を中心に活動が活発になりますが、暖房されていれば冬でも活動するので、1年中被害が発生することになります。活動時間帯は基本的に夜間です。

何回か刺されるうちに体内に抗体が形成され、かゆくなります。

刺された人は不眠症、神経障害、発熱などの症状や、二次感染で傷口が化膿することもあります。



大切なことは早期発見、早期駆除ですが、少ない段階での発見はきわめて困難です。

経験豊富な防除業者に依頼することです。 50

■ レジオネラ菌

レジオネラ菌は水中や土中などの自然界に広く存在する細菌です。

レジオネラ菌に汚染された細かい水滴（エアロゾル）や水蒸気を吸い込むことで感染し、肺炎（発熱呼吸困難など）となり、重症となった場合は死亡することもあります。

ヒトからヒトへの感染はなく、症状は感染後2～10日（平均4～5日）で現れます。

代表的なエアロゾル感染源としては、冷却塔水、加湿器や循環式浴槽などがあります。

このことが、入浴設備を備える宿泊施設でレジオネラ症が大きな問題となる理由です。

循環式浴槽（追い炊き機能付き風呂・24時間風呂など）では、

汚れやバイオフィルム（生物膜、細菌で形成される「ぬめり」）

が生じないように定期的な洗浄等の管理が大切です。



■ ノロウイルス

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は一年を通して発生しますが、特に冬季に流行し、手指や食品などを介して経口で感染、ヒトの腸管で増殖、おう吐、下痢、腹痛などを起こします。子どもやお年寄りなどでは重症化することがあります。ほとんどが経口感染で、ウイルス性食中毒の原因だけでなく、ウイルス性急性胃腸炎（感染症）の原因にもなります。

たとえば、こんな事例も

- 患者のノロウイルスが大量に含まれるふん便や吐ぶつから人の手などを介して二次感染した
- 家庭や共同生活施設など人が接触する機会が多いところで人から人へ飛沫等で直接感染した
- 食品取扱者（食品の製造、飲食店の調理従事、家庭での調理など）を介して汚染した食品を食べた
- ノロウイルスに汚染された井戸水や簡易水道を消毒不十分で摂取した

◆夏目漱石の小説にも「トコジラミ（当時は南京虫）」に関する話が出てきます◆

夏目漱石『抗夫』岩波文庫版（抜粋） 1908年（明治41年）から東京と大阪『朝日新聞』

「すると、突然針で背中を刺された。夢に刺されたのか、起きていて、刺されたのか、感じは頗る曖昧であった。だからそれだけの事ならば、針だろうが刺だろうが、頓着はなかったろう。正気の針を夢の中に引き摺り込んで、夢の中の刺を前後不覚の床の下に埋めてしまう分のことである。所がそうは行かなかった。と云うものは、刺されたなと思いつつも、針の事を忘れる程にうっとりとなると、又一つ、ちくりと遣られた。」

「今度は大きな眼を開いた。所へ又ちくりと来た。おやと驚く途端に又ちくりと刺した。これは大変だと漸く気が付きがけに、飛び上る程劇しく股の辺を遣られた。自分はこの時始めて、普通の人間に帰った。そうして身体中至る所がちくちくしているのを発見した。そこでそっと襯衣の間から手を入れて、背中を撫でて見ると、一面にざらざらする。最初指先が肌に触れた時は、てっきり劇烈な皮膚病に罹ったんだと思った。所が指を肌に着けたまま、二三寸引いて見ると、何だか、ばらばらと落ちた。これは只事でないと忽ち跳ね起きて、襯衣一枚の見苦しい姿ながら囲炉裏の傍へ行って、親指と人差指の間に押えた。米粒程のものを、検査してみると、異様の虫であった。実はこの時分には、まだ南京虫を見た事がないんだから、果してこれがそうだと断言できなかったが一何だか直覚的に南京虫らしいと思った。こう云う下卑た所に直覚の二字を濫用しては済まんが、外に言葉がないから、已むを得ず高尚な術語を使った。さてその虫を検査しているうちに、非常に悪らしくなってきた。囲炉裏の縁へ乗せて、びちりと親指の爪で押し潰したら、云うに云われぬ青臭い虫であった。」



有害生物の種類がわかり、その習性や有効な対策を知っておけば、自分で予防や駆除ができる場合もあります。ただし、毒を持つ生物の駆除や高所などの危険作業を行う場合には無理をせずに相談を。

■ 病害虫獣の予防

□ ネズミ予防対策

エサを与えない。

特に夜間、屋内外の食品やゴミ箱を片付け、ペットのエサも夜間はきちんと収納。侵入路をふさぐ隙間や穴があればトタン板などでふさぐ。

排水口に目皿、基礎通風口に金網を。

□ ダニ予防対策

湿度60%以上で活発に繁殖するので、湿度を下げる。

風通しを良くし、寝具類は定期的に日光消毒を。

掃除機で床面、寝具、カーテンなどを清掃。

□ 蚊・ハエ予防対策

幼虫の発生防止。

ボウフラの発生場所、雨水枡に防虫ネット。エサや産卵場所の生ゴミや汚物の除去。隙間をふさぎ、浴室や流し台の排水口はトラップ式に。窓に網戸を。

□ ゴキブリ予防対策

特に台所周辺では食材や調味料、生ゴミなどを長時間室内に放置しない。

流し台などの隙間はアルミテープや防水パテなどでふさぐ。屋外からの侵入も妨げる。

■ 病害虫獣の駆除

市販の殺虫剤などでの駆除もできますが、トコジラミ処理薬剤に承認された家庭用の薬剤の中には抵抗性トコジラミに対する効果がほとんど望めないものが多く、問題化しています。また、ネズミ以外の害獣の中には自宅の中であっても「鳥獣保護法」により捕獲許可が必要になります。まずは、保健所と協力して駆除専門業者に依頼すること、そして被害を受けている部材を交換することも大事です。

注意

簡便な病害虫駆除の方法として、燻煙剤や加熱蒸散剤がよく用いられますが、狭い隙間に潜んでいる害虫に対しては有効成分が到達しにくいので、効果が高いとは言えません。

<消毒>や<駆除>の専門機関

地域には様々な分野を得意とする消毒駆除業者がいます。保健所に相談を。

(公益社団法人) 日本ペストコントロール協会：<https://www.pestcontrol.or.jp/>

■ 食中毒

腹痛や下痢、おう吐などの症状が急に出了とき、疑われるひとつが「食中毒」です。原因となる細菌やウイルスは見えないけれど、いたるところに存在しています。肉や魚などの食材には細菌やウイルスが付着しているものと考えましょう。いろいろな物に触れる手にも、細菌やウイルスが付着していることがあります。手を洗わずに食材や食器などを触ると、細菌やウイルスが付着してしまいます。食器用スポンジやふきん、シンク、まな板などは、細菌が付着増殖したり、ウイルスが付着しやすい場所です。

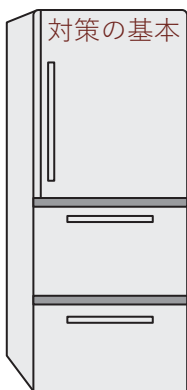
□「細菌」の場合

細菌を食べ物に「つけない」、付着した細菌を「増やさない」、細菌を「やっつける」の3つが原則です。

家庭での食中毒予防は、6つのポイント「買い物」「家庭での保存」「下準備」「調理」「食事」「残った食品」に注目し、どのように細菌を「つけない」「増やさない」「やっつける」かにあります。

□「ウイルス」の場合

ウイルスは食品中では増えないので、食べ物にウイルスを「つけない」、ウイルスを加熱して「やっつける」が原則です。さらに、調理場にウイルスを「持ち込まない」、食べ物や調理器具にウイルスを「ひろげない」を合わせた4つが大切です。



◆食中毒の原因菌（細菌）は

- (1) つけない＝洗う！ 分ける！
- (2) 増やさない＝低温で保存する！
- (3) やっつける＝加熱処理！

◆食中毒の原因ウイルスは

- (1) 持ち込まない＝健康状態の把握・管理！
- (2) ひろげない＝手洗い、定期的な消毒・清掃！



[知ろう・学ぼう] あなたの民泊はどんなタイプ？

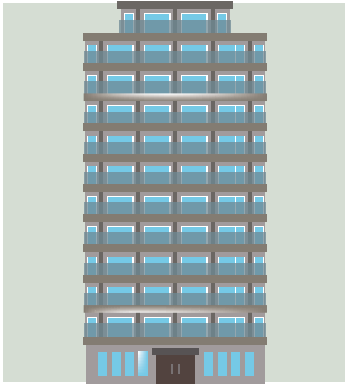
家主滞在型と家主不在型では、衛生管理の体制や方法が異なります。

家主滞在型の民泊では、家主自らが清掃したり、外部委託する場合も家主がその目で清掃完了確認をしたりすることで、清掃の質を保つことができます。しかし、家主不在型の民泊で管理業務を外部委託する場合は、家主が清掃状況等を直接確認することは難しくなります。家主不在型で清掃等を外部委託する場合は、契約内容や確認の方法などについて注意が必要です。

家主滞在型
家主不在型

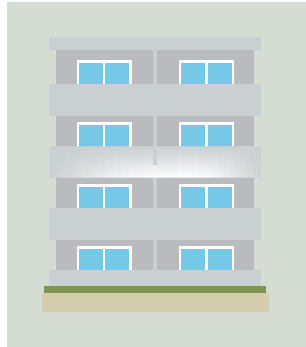


高層マンション型
中低層マンション・商業ビル型
都市部の戸建て町家型
都市部の長屋型
地方部の戸建て住宅型



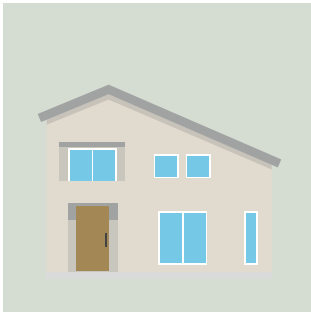
高層マンション型

- ・窓開放の不可
- ・換気能力の不足
- ・高架水槽の汚れ
- ・ゴミの放置
- ・シックハウス
- ・室内での物干し



中低層マンション・商業ビル型

- ・給排水設備の不足
- ・シックハウス
- ・窓の結露
- ・室内の湿気、カビ
- ・通風換気の偏り
- ・換気設備の不足
- ・病害獣の侵入
- ・室内での物干し



都市部の戸建て町家型

- ・病害虫の侵入
- ・水回りの不衛生
- ・雨漏りによる湿気
- ・床下の湿気
- ・通風換気の偏り
- ・病害虫の侵入
- ・給排水設備の老朽
- ・室内の湿気、カビ



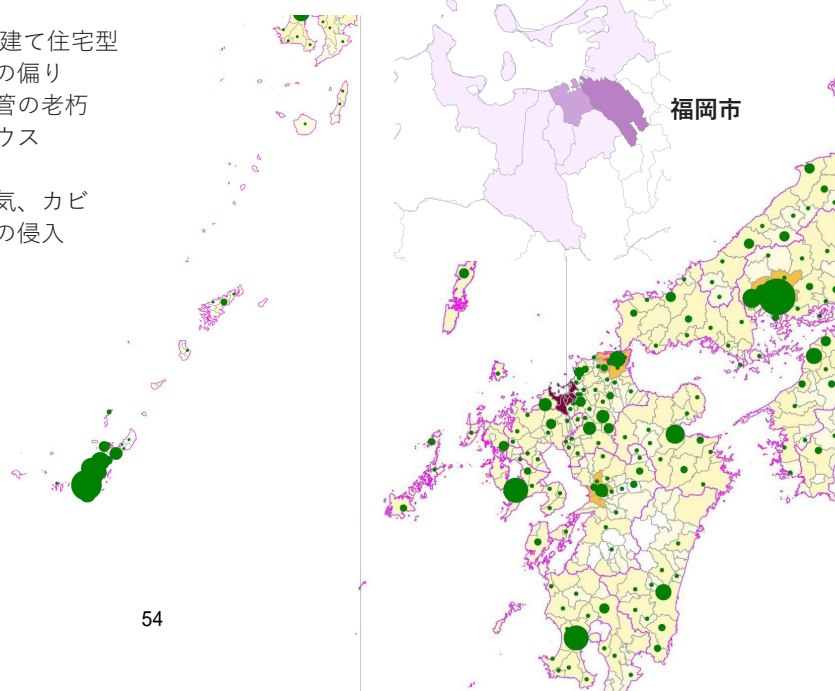
都市部の長屋型

- ・病害虫獣の侵入
- ・水回りの不衛生
- ・換気設備の未設置
- ・雨漏りによる湿気
- ・床下の湿気
- ・通風換気の偏り
- ・給排水設備の老朽
- ・室内の湿気、カビ



地方部の戸建て住宅型

- ・通風換気の偏り
- ・排水下水管の老朽
- ・シックハウス
- ・窓の結露
- ・室内の湿気、カビ
- ・病害虫獣の侵入



[知ろう・学ぼう] あなたの民泊はどこにある？

地域ごとにも大きな違いがあります。

□ 住宅宿泊事業の地域分布マップ（2020年後期）市区町村別

大都市に集中していますが、特定の地方町村部に集まっているところがあるようです。

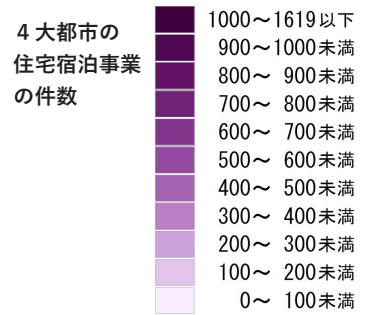
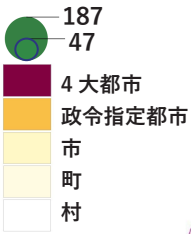
環境衛生を考えるには、その地の気候風土、まちなかで建っている場所、建物の特性なども影響します。あなたの民泊の建物立地の特性を知って、起こりうる衛生の問題を見逃さず、早めに対処を。建物に関する課題解消には多くの費用がかかります。公的支援も活用しつつ、日頃からちょっとした工夫と観察で、問題を放置しないように。

あなたの民泊は？

タイプによって、こんな衛生上の問題が起こりそうです。

全国市区町村別

4 大都市以外の住宅宿泊事業 + 特区民泊数



[点検して・見つけよう]「衛生」を脅かす痕跡

では、感染症の専門家でもない素人のあなたが何を意識すればよいのでしょうか？

飛沫など空気環境にかかわるものには、換気や通風などで環境を整えることが重要です。接触などで媒介する場合には、清掃と消毒で室内環境を清潔にすることが有効です。人や生物に由来する場合は、日頃の清掃と、残された痕跡を発見する必要があります。

■ まずは、発見することから

ホストの目やゲストの話から、違和感（ヒヤリハット）を発見することから始まります。細菌やウイルスは目に見えないが、それらを媒介する生物や痕跡は意外と発見できます。

□ 顕著な痕跡にはこんなものが

汚れ、溜まり、よどみ／異物あるいは異物感、異臭異色／媒介する生物あるいはその痕跡

具体的には（たとえば）

1. 空気の不衛生

通風の不十分

換気の不良、換気扇の目詰まり

エアコンの利き低下、フィルターの汚れ

2. 湿気だまり

窓サッシまわりの結露

水回り、トイレ、浴室などのしみやカビ

3. 水の不衛生

キッチンの汚れ

トイレ、浴室の水あかや目詰まり

上水（蛇口からの）の色水

下水（排水溝）のにおいや目詰まり

4. 室内の汚れ

寝床の敷きっぱなし

濡れたままのシーツ、寝具の湿気

たばこや食べ物のおい

床下、天井裏の異音

ほこりだまり

5. 保管とごみ処理

放置ごみ

冷蔵庫に残された食材

6. その他（専門業者に見てもらおう）

シャワー温水が出ない、給湯器の不良

電気・ガス・水道の不通

機械設備の異音、不調

■ 民泊の衛生上の問題点

□住宅宿泊事業法施行前の調査でも、衛生管理上の課題がよく見られました。大きく建物の問題と清掃の問題に分けられます。清掃の問題には、エアコンフィルターの目詰まりや床面に虫が落ちていたり、衛生管理が不十分な物件がありました。極端にひどい例では、前泊者の衣類が残されていたりしました。また建物側の問題として、温熱や空気環境を適切に保つことができないものも散見されました。

□ 見出された問題点 □

建物由来

- ・室内に設置された給湯器、瞬間湯沸かし器
- ・中廊下に設置された給湯器
- ・エアコン後施工によるめし合わせ部の隙間
- ・エアベッドによる冷気
- ・ベッドシーツが無い
- ・元店舗改装による居住環境への影響

清掃由来

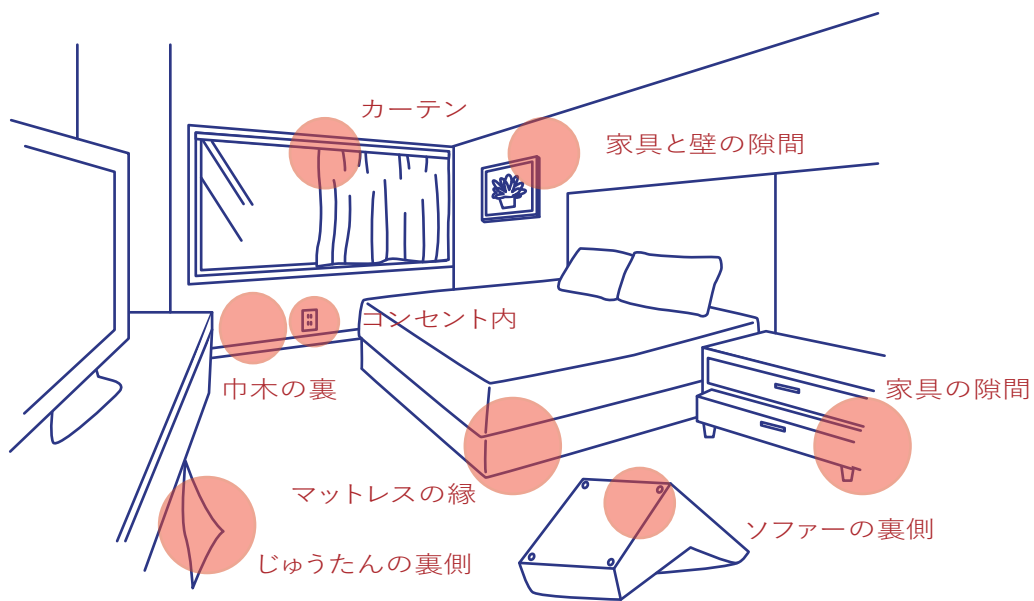
- ・エアコンフィルターの汚れ
- ・シーツの埃っぽさ
- ・虫（くも、ゴキブリ）
- ・異臭（キッチン下、寝室）
- ・前泊者の衣類
- ・使用済み歯ブラシ
- ・窓サッシの汚れ、カビ跡
- ・冷蔵庫内部の食品（飲みかけの水、食べ残しケーキ）



[エアコンフィルター汚れ]

■ こんなところに病害虫獣

家屋内では病害虫獣はこんなところに潜んでいます。ほとんどは夜間に活動し始めます。直接その姿を見なくても、フンや卵、移動した足跡（濡れや汚れ）など、いろいろな痕跡を見つけることがあります。



部屋の中で、ゴキブリ、ノミ、シラミ、トコジラミなどの病害虫のいるところ

もちろん、台所のキッチン台・換気扇・冷蔵庫の隙間なども気を付けて。

たとえば、トコジラミ

一番多いのは寝室です。ベッド周りをはじめ、あらゆる隙間に潜り込んでいます。

ベッドの頭の板と壁の間、家具の隙間、引き出しの裏、電話機、TV、たんす類、衣類ケース、壁と床の隙間や幅木、カーテン、壁にかけた絵の裏や、ソファアの隙間・裏などにもいることもあり、和室では、ふとんを入れる押入れ、畳の縁・裏、床の間などです。

■ IPMという手法で考えてみよう

<https://www.pestcontrol.or.jp/association/archive/tabid/124/Default.aspx>

IPMとは「総合防除」の意味です。

「総合」とは、様々な防除対策を組み合わせで行うという事で、薬剤偏重による環境への悪影響を低減すると共に、より効果的な防除を目的とした手法です。

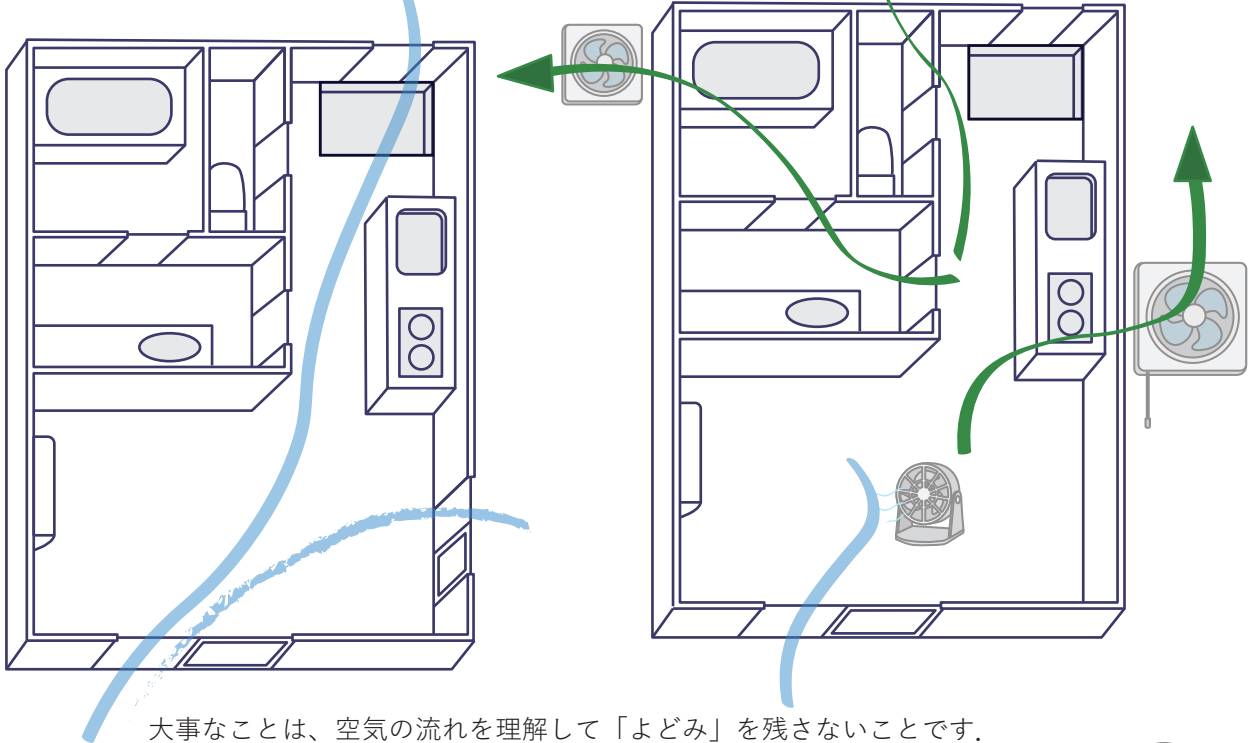
具体的には、予め防除対象生物や場所ごとに「維持管理基準」を定め、事前調査により問題点や維持管理基準を超える場所をその都度見定め、状況に見合った最適な防除対策を実施し、実施後にはその効果をきちんと判定します。

■ 大切なのは空気の流れ方

- a 通風 × <自然換気> 窓や扉を開けて
b 換気 × <機械換気> 換気扇をつけて

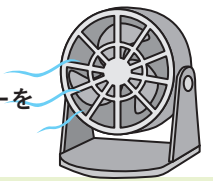
2方向が開口できる場合の通気・換気では、できるだけ対角線上の開口を開く。

窓が1つの時には（窓がない部屋でも）、換気設備を有効に使って空気の流れを。



大事なことは、空気の流れを理解して「よどみ」を残さないことです。
定期的に外気を取り入れること、そして、換気設備の適切な運転と点検を。

新型コロナウイルス対策では、一つしか窓が開けられない場合でも、サーキュレーターを補助として空気を流すことで、有効な換気を得られることが実験でわかりました。



（やや専門的ですが…）推奨される換気の方法

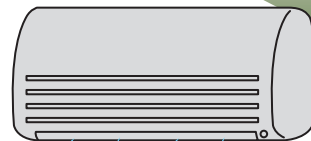
① 機械換気（浴室、トイレ、台所などの換気扇や空調換気設備など）による方法
必要換気量（一人あたり毎時 30 m³）を満たす
ビル管理法（建築物における衛生的環境の確保に関する法律）の基準

② 窓の開放による方法

換気回数を毎時2回以上（30分に一回以上、数分間程度、窓を全開する）とする。
換気回数とは、部屋の空気がすべて外気と入れ替わる回数
空気の流れを作るため、複数の窓がある場合、二方向の壁の窓を開放する。
窓が一つしかない場合は、ドアを開ける。

なお、比較的新しい建物に義務付けされた24時間換気扇は、必要換気量が0.5回/時以上を満たすものなので、それだけでは毎時2回以上にならない場合があります。浴室やトイレなどの換気扇を過信せず、日中は窓を開けるなど、空気の流れに気を配ってください。

換気は単に窓や換気扇だけを考えるのではなく、部屋と部屋（たとえば浴室やトイレ）、部屋と廊下、そして部屋の中の家具や間仕切りの配置（しつらえ）も意識することが大切です。



■ 夏の換気（冷房をつけて）

(1) 換気機能のない冷暖房設備（市販の一般的なエアコン）が設置されている場合
居室の温度及び相対湿度を 28℃以下及び 70%以下に維持できる範囲内で、

2 方向の窓を常時、できるだけ開けて、連続的に室内に空気を通す。

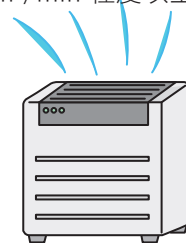
この際、循環式エアコンの温度をできるだけ低く設定する。

1 方向しか窓がない場合、ドアを開けるか、天井や壁の高い位置にある室内窓を開ける。

(2) 空気清浄機を併用することも

居室の窓を十分に開けられない場合、窓からの換気とあわせて空気清浄機を併用することは換気不足を補うために有効なので、HEPA フィルタによるろ過式、風量 5 m³/min 程度以上の空気清浄機を、6 畳 (10 m²) 程度の範囲ごとに設置する。

外気を取り入れる風向きと空気清浄機の風向きを一致させる。



■ 冬の換気（暖房をつけて）

(1) 窓の開放による場合

居室の温度および相対湿度を 18℃以上かつ 40%以上に維持できる範囲内で、

エアコンや暖房器具を使用しながら、一方向の窓を常時開けて、連続的に換気を行う。

居室の窓を十分に開けられない場合、窓から換気と併せて、空気清浄機を併用する。

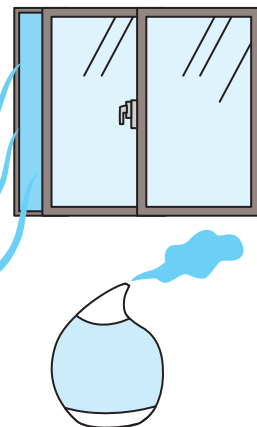
窓はこぶし 1 個分の隙間を開けるだけで有効です。

(2) 加湿器を使うことも

近年、気密性の高い住宅が増え、室内の乾燥予防のために加湿器がよく使われるようになりました。湿度が低いと口や鼻の粘膜が乾燥し、インフルエンザウイルス等が体内に入りやすくなります。

しかし、加湿器のタンク内にできる「ぬめり」の中でレジオネラ菌が増殖することもあります。

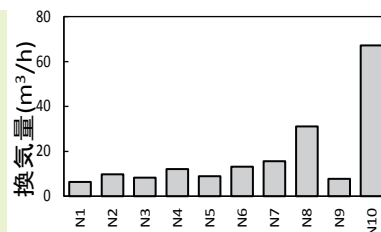
定期的にタンク内の汚れやぬめりを取り除き、衛生的な新しい水を入れ、継ぎ足しはやめましょう。使用後は水を抜き、乾かして保存しましょう。



民泊の換気量（実測値の紹介）

10邸の民泊で換気量の調査を行いました。

N8のみ常時換気を切れないようにしていましたが、その他の建物では家全体を換気する装置は設置されておらず、N10を除いて換気量はいずれも20m³/hを下回りました。N10はエアコン配管を設置するために窓部に隙間が存在しており、多量の空気が流入していました。



新型コロナウイルス感染を踏まえて、厚生労働省も換気に関する情報を提供しています。

「換気の悪い密閉空間」を改善するための換気の方法

<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000618969.pdf>

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

<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000640913.pdf>

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

<https://www.mhlw.go.jp/content/000698868.pdf>

■ 清掃

感染症を予防する清潔環境はアレルギー被害も防止します。その基本は「清掃」です。民泊、特に住宅宿泊事業は「住宅」をベースに宿泊事業を展開しています。住まいの清潔を守る「清掃」は多岐にわたります。

こんなところも見落とさずに

水の管理

食べ物の管理

空間の管理

キッチン

トイレ

浴室

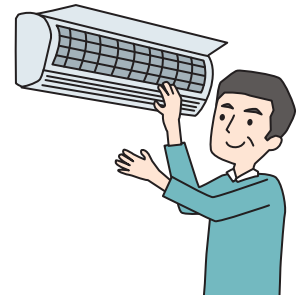
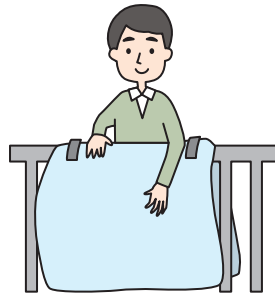
寝室

通路

玄関・入口



- 毎日の掃除・週一の掃除
- ゲストが交替するときの掃除
- 季節ごとの掃除
- 年に1回の大掃除
- 数年ごとの点検



民泊では、日常的な清掃はホスト・ゲストの双方にとって必須です。

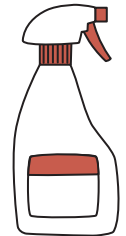
「清潔の維持」にはゲストの協力が欠かせません。一緒に取り組んで下さい。

—ゲストにお願いです—

民泊ではゲストが長期的に滞在し、ゲスト自身が調理をすることがあります。その期間は、部屋の掃除や食材、備品の管理をゲストがすることになります。

—ホストにお願いです—

ゲストが自身で清潔を維持できるように、用具の準備や清掃の段取りなどを。



なお、旅館施設としての衛生管理には各種項目に対する処置が求められています。

◇東京都「旅館業のてびき」

https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/nisitama/soudan/ryokan.files/ryokan_tebiki_nishitama.R2.pdf

住まいの衛生管理の例として、東京都「健康・快適居住環境の指針」があります。

https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/kankyo/kankyo_eisei/jukankyo/indoor/kenko/index.html

■ 清掃事業者の声

「客室に嘔吐物や排泄物、血液が残っていることはよくあります。」「民泊では宿泊客が室内で調理をすることがあるので、ホテルとは汚れ方が異なります。」「大型ゴミや大量のごみが客室に放置されたままになっていることや、食べ物が床やベッドに散乱していることもあります。」
これらは清掃事業者への聞き取り調査で得られた回答です。

民泊の衛生管理においては、従業員や清掃員の安全管理に対する配慮も必要です。

とくに嘔吐物や血液の処理は、感染症に対する知識や具体的な対応方法が求められます。

■ 「リネンサプライ」の活用

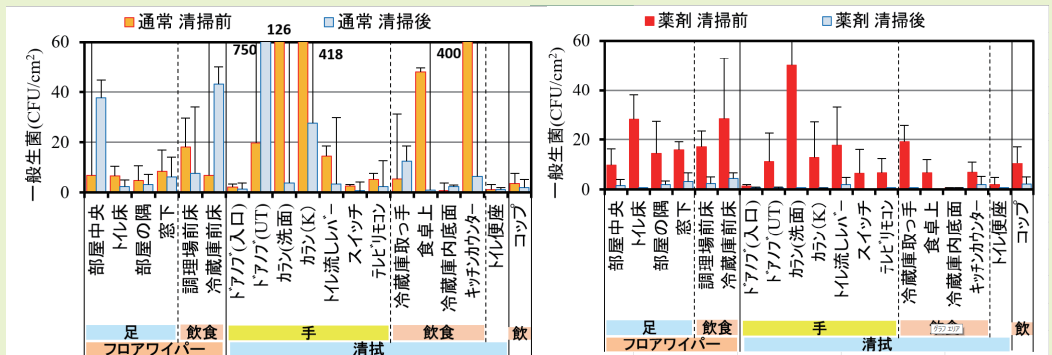
宿泊業に必要な不可欠なシーツ・タオル・テーブルクロス・ナプキンなど、清潔なりネンをクリーニング付きでレンタルするシステムで、地域内に専門業者も多数います。
建物、室内環境を守るために定期的に利用することも考えてみてください。

■ 効果的な清掃方法とは？

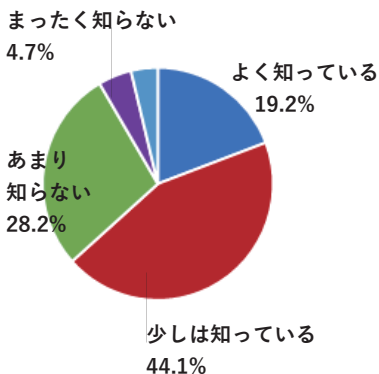
宿泊施設を利用して、通常の清掃方法と薬剤を使った清掃方法とでの程度汚染状況がどうかを調査しました。

通常の清掃方法では、例えば、冷蔵庫前の床や、ドアノブなど清掃後の値が清掃前に比較して増えている場合があるのに対して、薬剤を使った場合、全ての場所で清掃後の値が低くなり、有効な清掃方法を用いることが重要であることがわかります。

単位面積当たりの
一般生菌数



旅館業における衛生等管理要領の認知



● 民泊事業者はきれい好き？

宿泊客にとって、清潔さは客室に備わっている「当たり前」の要件です。客室が少しでも汚れていると、「口コミ」で広がり、施設全体の評判を落とします。このため、日本の宿泊施設の衛生に対する基準は高く、民泊であっても事業者の清掃や衛生についての意識は高いです。

しかし、清掃と比較して、感染症対策やダニ・トコジラミ防除といった、目に見えない／見えにくい部分への対策は必ずしも十分とは言えません。また、「旅館業における衛生等管理要領」の存在を知らない事業者が少なくありません。この要領は、旅館業法で宿泊施設を営業する事業者向けのもので、民泊事業者にもぜひ目にしてもらいたい指針です。新型コロナウイルス感染症の蔓延により事業者の衛生意識は高まりましたが、それをより実効性のある対策に結びつけることが求められます。

◇厚生労働省「旅館業における衛生等管理要領」

<https://www.mhlw.go.jp/topics/bukyoku/kenkou/legionella/030214-1c.html>

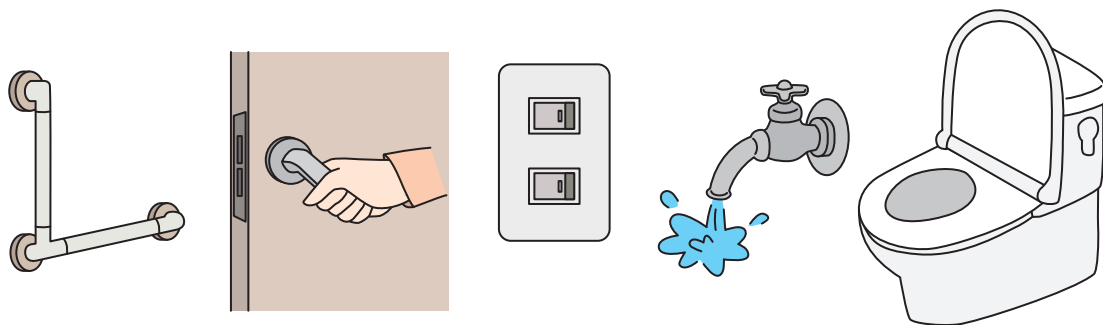
■ 普段からの消毒

[新型コロナウイルスの経験から] 特にこんなところが要注意とされています。

飛沫の届くところ

手の触れるところ

汚れの滞るところ



手で触ることの多い手すりやドアノブ、スイッチなどはウイルスが付着します。

トイレや洗面器、水栓蛇口（カラン）など飛沫の付きやすい場所の消毒も大切です。

トイレで宿主の糞便から出て口腔を介して伝播する糞口感染も考えられます。

使ったタオルやふきんもつねに清潔に。

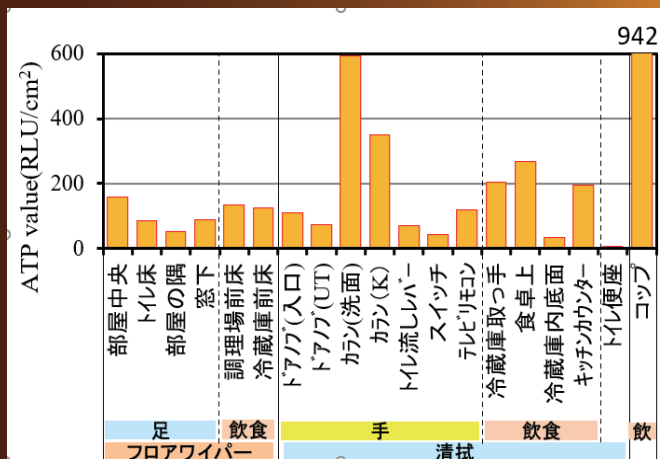
手がよく触れるところ、たとえばテーブル、ドアノブ、トイレなどは1日1回以上、消毒用アルコールで消毒します。

体液や排泄物による目に見える汚れがある場合は、消毒液（希釈した次亜塩素酸ナトリウム（漂白剤））に浸した使い捨て出来るキッチンペーパーなどで拭きます。

汚れやすい場所はこんなところ

宿泊施設を利用して、汚れの指標としてATPを使って、清掃前の汚れを調査しました。コップ以外では、洗面やキッチンのカランなど水回りで手の触れる部分が高い結果となりました。また食卓上や冷蔵庫の取っ手、キッチンカウンターの部分など、食品に関わる部分の汚れの値が高く、民泊のような調理を伴う施設の課題が浮き彫りになりました。

ATPの調査では、生物の細胞内に存在するATP（アデノシン三リン酸）の量を指標として汚れの度合いを調べます。細菌や汚染物質が残っているほどATPの値は高くなります。



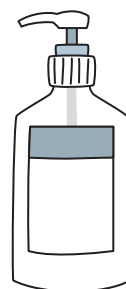
新型コロナウイルス対策では、非接触を考えてパーティションも推奨されています。いくつかの自治体では、パーティション、空気清浄機などの支援策も用意されています。あなたの民泊の室内（環境）をどのように区切りつつ、空気の流れを滞らせないようにするにはどうすればよいのか、図面を見ながら考えてみてください。

■ 消毒の方法

インフルエンザウイルスに有効な消毒方法として、熱水や薬品での清拭、あるいは浸漬が推奨されています。インフルエンザだけでなく、多くの感染症対策としても有効です。

- 80°Cの熱水で10分間
- 0.05～0.5%次亜塩素酸ナトリウム液
- 消毒用エタノール
- 70%イソプロパノール

市販の消毒薬やアルコール消毒液でも十分有効です。



■ 消毒薬を用意する

次亜塩素酸ナトリウム液（家庭用塩素系漂白剤でも可）から消毒液をつくるには、

参考	消毒液	(次亜塩素酸ナトリウムの希釈液)	作り方	
使用濃度	原液濃度	方法	使用目的	使い方
0.10%	5%	原液10mL（ペットボトルのキャップ2杯）を	おう吐物、ふん便の処理	汚れを落とし、水拭きして乾燥させる
		500mLのペットボトル1本の水に混ぜる		消毒液を浸した布などで拭く
0.02%	5%	原液10mL（ペットボトルのキャップ2杯）を	浴槽、トイレのドアノブ、便座、 調理器具、食器類、流し台	色あせするところは水で二度拭きを
		2Lのペットボトル1本の水に混ぜる		食器洗剤や水で下洗いする
			床、衣類などの消毒	消毒液を含ませた布で拭く
				その後、水洗い、水拭きし、よく乾燥させる

家庭用塩素系漂白剤は商品により塩素濃度が異なるので確認

□ 注意 □

- 換気する 消毒するときは十分に換気を
- 使い切る 希釈したものは時間がたつと効果が減ってくる
- 誤飲防止 作り置きはやめよう
- 使う場面 手指消毒には使用しない
- 保管する 危険なので子供などの手の届かないところに



ほこりや汚れを洗浄液で除去してから、必ず使い捨て手袋とマスクを着用してください。感染が疑われる人や持ち物に触れるときは、眼の粘膜から感染しないためにゴーグルを、次亜塩素酸ナトリウムを、加湿器などに入れて噴霧するのは危険なのでやめてください。

注意

□『次亜塩素酸水』の空間噴霧について

次亜塩素酸水の噴霧は、新型コロナウイルスに有効でないばかりか、人体に有害である可能性があり、文科省からも児童生徒等がいる空間で使用しないよう通達がでました。次亜塩素酸水と次亜塩素酸ナトリウムは違うものです。

■ ゲストにもお願いを

ゲストにも協力してもらいましょう！

たとえば、訪日外国人ゲストにも、こんな生活習慣の違いを知ってもらって。



『民泊客室案内』日本法令（抜粋）

ーゴミー

事業系ごみとして廃棄

ゴミ分別のルールがある

ゴミは必ず備え付けのごみ箱に

ゴミを放置しない

ー土足厳禁ー

日本の家屋の多くは玄関で靴を脱ぐ習慣がある

玄関から部屋へはスリッパなどの部屋履きを

畳の部屋ではスリッパも脱いで

トイレのスリッパはトイレ専用で使って

ーキッチンー

台所用具、食器などは使い終わったら元の場所に

汚れた食器などをシンクに残さない

食材のくずなどをシンクに流さない

冷蔵庫に食材を放置しない

ー浴室ー

水や湯を出しっぱなしにしない

お湯が必要な時は給湯器を ON に

ユニットバスのシャワーは浴槽内で

タオル・リネン類は、

自分で洗濯し、乾かして

指定のかごに入れて、持ち帰らない

ー洗面所ー

水や湯を出しっぱなしにしない

髪の毛やモノを流さない

ートイレー

トイレットペーパーはごみ入れに捨てず、流す

トイレットペーパー以外は流さない

和式のトイレはしゃがんで

■ 衛生管理の質を強みに！

家主不在型の民泊は、住宅管理事業者が管理します。

2020年秋に全国の管理事業者を対象にアンケート調査を実施したところ、約3割が新型コロナウイルス感染症の影響による「休止状態」でした。

住宅管理事業者の約6割は、客室の日常清掃を別の事業者等に再委託しており、コロナ禍のダメージは清掃事業者やリネン業者等にも広く及んでいます。

一方、コロナ禍を契機として、宿泊施設の衛生状況や衛生管理に対する利用者の意識や要求水準はこれまで以上に高くなっています。民泊ならではのアットホームな環境の提供としっかりとした衛生対策を両立させることが、これからの民泊の健全な発展のひとつの鍵となります。

さらに、2020年新型コロナウイルスの感染対策として、こんな注意喚起がなされています。

新型コロナウイルスのような飛沫・接触感染だけでなく、多くの感染予防に役立ちます。

〔厚労省〕〔首相官邸〕〔内閣官房〕HPの中にあります。

感染リスクが高まる「5つの場面」：<https://corona.go.jp/prevention/pdf/infection-20201102.pdf>

3つの「密」を避けましょう！：<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000614802.pdf>

3つの「密」を避けるための手引き：<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000622211.pdf>

「密閉」「密集」「密接」しない！：<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000623146.pdf>

注意喚起ポスターは〔厚労省〕〔首相官邸〕〔内閣官房〕HPにあります。

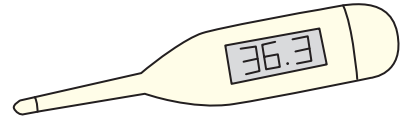
ダウンロードして貼りだしてください！

手洗い：<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000593494.pdf>

咳エチケット：<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000593495.pdf>

■ 相談と受診の手順

他の人と接触しないようにして相談機関に相談し、指示に従って医療機関を受診します。医療機関に向かう移動手段についても医療機関の指示を受けてください。不特定多数の人と接触する公共交通機関は避けて、タクシーなどを了解を得て利用してください。発熱などの症状が見られるときは、人込みへの外出を控えてください。毎日の体温を記録してください。体温計を常備し、使用後すぐアルコール消毒を。



□ 訪日外国人の場合

移動と濃厚接触者を追跡できるように「渡航履歴シート」を用意しておいてください。症状が続く人は、まずは、多言語に対応している相談センターに相談します。相談センターが必要に応じて専用の外来への受診を調整します。健康チェックシートも HP 上にあります。

■ 緊急連絡先

まず、保健所に連絡するか、救急車を呼びます。

多言語対応が必要な時は、

[日本政府観光局 (JNTO)] 外国人旅行者向けコールセンター
050-3816-2787 (24 時間 365 日対応)

https://www.mlit.go.jp/kankocho/news08_000311.html

近くの医療機関を知りたいときは、

[厚生労働省] 医療機能情報提供制度 (医療情報ネット) について「都道府県情報提供ネット」

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/iryuu/teikyouseido/index.html



■ 感染が疑われた時には

とくに感染が流行しているときには、備品や衛生用品、室内環境の「消毒」と「衛生管理」が重要になります。また、ゲストが入院でなく経過観察ということで民泊に戻ってくる場合も考えられます。恐れず、適切な対応を心がけてください。

私たちの「パンフレット」も参考にしてください。

以下の、国立保健医療科学院生活環境研究部 URL からダウンロードできます。

日本語版 : https://www.niph.go.jp/soshiki/09seikatsu/arch/JPN_2020.3.pdf

英語版 : https://www.niph.go.jp/soshiki/09seikatsu/arch/ENG_2020.3.pdf

中国語版 : https://www.niph.go.jp/soshiki/09seikatsu/arch/CHN_2020.3.pdf

韓国語版 : https://www.niph.go.jp/soshiki/09seikatsu/arch/KOR_2020.3.pdf

研究組織
研究代表者 阪東美智子・国立保健医療科学院 生活環境研究部 首席主任研究官
研究分担者 堀田祐三子・和歌山大学 観光学部 教授
本間義規・宮城学院女子大学 生活科学部 教授
山田裕巳・元国立保健医療科学院 統括研究官
研究協力者 大崎元・一級建築士事務所建築工房匠屋
杉浦正彦・大阪府簡易宿所生活衛生同業組合 事務局長
橋本知幸・日本環境衛生センター 環境生物・住環境部 部長
濱田信夫・大阪市立自然史博物館 外来研究員
松村嘉久・阪南大学 国際観光学部 教授
向山晴子・中野区保健所 所長

コロナ禍を契機として、宿泊施設の衛生状況や衛生管理に対する利用者の意識や要求水準はこれまで以上に高くなっています。

中小・零細事業者が多い民泊業界がこれにどこまで応えていけるかは悩ましいところですが、基本に忠実に、そして継続して衛生対策を講じることが、市場での信頼を獲得する一番の近道です。

民泊ならではのアットホームな環境の提供としっかりとした衛生対策を両立させることが、これからの民泊の健全な発展のひとつの鍵となります。

また、民泊にかかわる事業者間で連携を

図っていくことが、情報共有や質の

向上に関わる取り組みの負

担を軽減することにつ

ながるのではな

いでしょう

か、

このノートは、令和元年度厚生労働科学研究費補助金（健康安全・危機管理対策総合研究事業）で実施された研究『住宅宿泊事業における衛生管理手法に関する研究』（課題番号：19LA1008）の一環で作成されました。（2021年3月末）