

新型コロナウイルス感染を防止するために!

感染を防止するためには、一人ひとりの「行動変容」が必要です。「行動変容」とは、

目や鼻を手で触らない

手洗いの励行とマスクの着用

換気を行う

まず、この3つを守ることです。次の内容を読んで、その根拠などを理解してください。

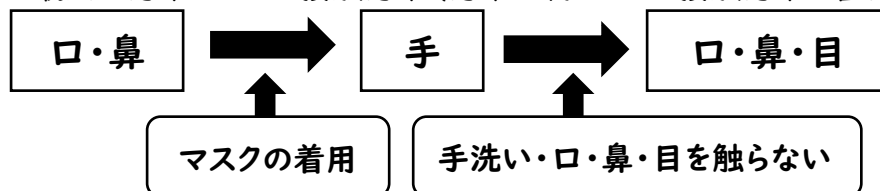
1 コロナウイルスの感染のしかた(一般的に①と②で感染する。)

- ① 飛沫感染：「飛沫感染」とは：感染者の飛沫(くしゃみ、咳、つばなど)と一緒にウイルスが放出され、他の方がそのウイルスを口や鼻などから吸い込んで感染する。
- ② 接触感染：感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、その手で周りの物に触れるとウイルスがつきます。他の方がそれを触るとウイルスが手に付着し、その手で口や鼻を触ることにより粘膜から感染する。
* 閉鎖した空間で、近距離で多くの人と会話するなどの環境では、咳やくしゃみなどの症状がなくても感染を拡大させるリスクがあり、感染者とカラオケボックスなどで1時間過ごし感染した事例もある。

2 対策

- ① 目や鼻を触らないよう、習慣づける。(つい触ってしまう癖をなくす。)
- ② 飲食中に会話しない：飛沫が食事に付着し、食べるときに喉の粘膜から感染する。食事後、マスクを着けてから会話をする。
- ③ 換気をする：最低1時間に15分程度の換気を行う。

※最大の感染ルートは接触感染(感染の約95%が接触感染と言われている。)



3 その他の注意点

- ① 高齢者等のハイリスクな人との接触到注意
60歳以上の死亡リスクはそれ以下の年齢層の20~50倍あり、若年者は無症状であってもウイルスの媒介者になることに注意する。
- ② 差別や偏見に注意
感染者が出た場合に、不安から感染者やその家族等に対して差別的な発言等をしないよう、正しい知識を身につける。誰も感染のリスクがあることを理解する。