

新型ウイルス感染症を正しく理解しましょう！！

◆みなさんがよく知っているインフルエンザと比較してみましょう◆

項目	インフルエンザの場合	新型コロナウイルスの場合
感染してから症状があらわれるまでの期間	1～2日	1～14日（平均5、6日）
他の人に感染させる可能性がある期間	症状があらわれた直後から 5～10日（多くは5～6日）	症状があらわれる2日前から 7～10日以内
※感染していても、人にうつす可能性が出てくるのは、症状が出た日の前後となります。		
無症状で感染させる可能性	無症状ではウイルス量が少なく、感染力が低い傾向がある	無症状でもウイルス量が多く、感染力が高い傾向がある
おもな症状	突然の高熱・せき・頭痛・筋肉痛及び関節痛・強いだるさ・鼻水など	発熱・せき・のどの痛み・鼻水・だるい味がない・においがしない・頭痛など
※症状だけではコロナかインフルエンザかわかりません。必ずお医者さんにいきましょう。		

もし、自分が感染した場合、他の人から感染したことをせめられたり、犯人探しをするような行為、SNSに情報を拡散するような行為をされたらどんな気持ちになるでしょうか。
ひとりひとりが思いやりの気持ちを持ち、冷静な行動をしてほしいと思います。



新型コロナウイルスは、他の感染症と違い、症状が出る前の無症状の時期から周囲にうつしてしまう可能性があります。
気づかないうちに、だれもが感染する可能性があります、他の人にうつす可能性もあります。

◆感染を広げないためには、濃厚接触者にならない、濃厚接触者をつくらないことです◆

濃厚接触者（感染者と接触し、感染している可能性がある人）の目安として・・・

- 期間：・感染者に症状が出始めた日の2日前から入院するまでに接触
・無症状の感染者の場合はPCR検査をした日の2日前から入院するまでに接触
- 条件：① マスクをしないで ② 1M以内の距離で
③ 合計15分以上の会話などをした人（①②③すべてあてはまる人）

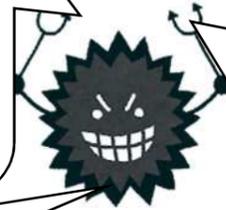
幅広い検査の対象もこの期間に接触された可能性のある方が対象

感染者と同居している家族や感染者と会食した人などが条件すべてにあてはまることが多いようです。

家族からの感染を防ぐためポイントについては、「家庭内でご注意いただきたいこと～8つのポイント～」で検索してください。
①部屋を分ける ②お世話は限られた人のみ ③全員マスクをつける
④手洗いをする ⑤換気をする ⑥共有部分の消毒をする
⑦衣服の洗濯をする ⑧ごみは密閉してする

◆新型コロナウイルスの特徴◆

空気が乾燥する冬場は、ウイルスにとって動きやすい時期です。ウイルスをふくんだ飛沫は、乾燥すると飛沫の水分が蒸発し軽くなるため、ウイルスがより遠くまで飛ぶようになるとともに、空気中にたどよう時間も長くなります。



飛沫（ひまつ）感染
感染者のくしゃみ、会話などと一緒に出されたウイルスを他の人の口や鼻などから吸いこんで感染する。

接触（せつしょく）感染
感染者が鼻をかんだ手で触れたものや、会話をしてひまつが飛んだものを他の人がさわったり、口や鼻にふれると感染する。

ウイルスは健康な皮ふからは感染しません。

ウイルスは粘膜でできている部分（目、口、鼻）から体の中に入り、増えていきます。

◆感染しない、感染させないためのポイント◆

- 【感染していない人】ウイルスの体内へ入るおもな入口（口・鼻）からウイルスが入るのをブロックする。
- 【感染している人】体内から出されるウイルスのおもな出口（口・鼻）からのウイルス拡散をブロックする。

1. マスクを正しくつける

※正しくマスクの着用することにより、感染者と接する人のウイルス吸入量が減少することがわかっています。
⇒布マスクよりもサージカルマスクの方が、感染予防の効果があると考えられます。



ウイルスの入口・出口をブロック



ウイルスが空気中や物品に飛ぶのをブロック



【マスクの正しいつけ方】

- 鼻・口・あごがおおわれるサイズのマスクを着用。
 - マスクと皮ふの間のすき間をなくす。
- 【注意すること】
- 会話するときは、おたがいにマスクを着用。
 - 食事の時は、会話をしない。

マスクの正しい着用。口だし、鼻だし、あごだしはダメ。マウスシールドやフェイスシールドのみ着用はマスクの代わりにはならない。ワイヤーをしめて、すき間を最小限に！！
※口元の動きを見せるために教師が使用する場合は、身体的距離をとりながら使います。

2. 手洗い・手指消毒、みんながふれる部分の消毒

※ハンドソープと流水でしっかり手洗いを行いましょう。手洗いができない場合には、70～80%のアルコールで消毒しましょう。特に飲むときや食するときなど、鼻や口に手を近づけるときには必ず手を洗いましょう。

3. すべての窓・ドアを全開し換気

※常時換気が望ましいが、気候上むずかしい場合には、部屋のすべての窓とドアを30分毎5分間全開または、1時間ごと10分間全開にしましょう。食事の前は必ず換気をしましょう。

【参考資料】一般社団法人日本感染症学会提言「今冬のインフルエンザとCOVID-19に備えて」
「新型コロナウイルス感染症の“いま”についての10の知識」
「職場や学校に新型コロナウイルス感染者がいても感染しないために」