

鶴見区西部

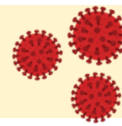


地域包括支援センター

せいふ耳寄り情報 Vol.47

■感染症対策のおさらい

新型コロナウイルスの感染経路



一般的には飛沫感染(くしゃみ、咳、つば)、
接触感染(細菌やウイルスがついた手で口や鼻の粘膜
から入ること)で感染します。



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るとされています。



WHO(世界保健機関)は、一般に5分間の会話で1回の
咳と同じくらいの飛沫(約 3,000 個)が飛ぶと報告してい
ます。

感染症の予防

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を
含む咳エチケット」です。屋内での換気を良く保つことも重要です。室内ではこま
めに換気をしましょう。



正しいマスクの着用方法のポイント

マスクは正しく着用できていますか？
こんな着用の仕方はしていませんか？



正しい着用のポイント

- 自分の顔にあったサイズを選ぶ
- マスクを鼻の形に合わせて隙間を防ぐ
- 鼻からあごまでを確実に覆う
- 1日1回は交換し、洗う場合は中性洗剤を使用しましょう。



※これからの時期は熱中症を防ぐために、**屋外で人と2m以上離れている時はマスクをはずしましょう！**

新型コロナワクチンについて知ってほしいこと

新型コロナワクチンは、発症を防ぐ効果が認められています。
新型コロナワクチンは、あなたご自身のためだけでなく、医療機関の負担を減らすための重要な手段にもなります。



どんなワクチンでも、副反応が起こる可能性があります。
ワクチンについて正しく知ったうえで、主治医と相談して判断しましょう。



厚生労働省 HP「新型コロナウイルス感染症について」より抜粋
首相官邸 HP「新型コロナウイルス感染症ワクチンについて」より抜粋