

## 感染症の予防について

現在、世界では、新型コロナウイルスによる感染者と、その報告されている国が広がっており、日本でも11名(1月30日現在)の感染者が確認されています。国では指定感染症になり、県からも注意喚起の文書が出されました。(『新型コロナウイルスに関連した感染症対策に関する対応について』令和2年1月27日付)さらに、世界保健機関(WHO)は、30日、新型コロナウイルスについて、国際的な公衆衛生上の緊急事態を宣言しました。

本校でも、感染性胃腸炎やインフルエンザの報告が続いています。今月から来月にかけて、検定や考査が続いている現在、きちんと感染症対策を行うことは、自分自身を守るために、そして、周りの人を守るために。さらに、自分の将来を保障するためにも、とても大切なことです。週末は人の動きが大きくなり、それに伴って、感染症の拡大も懸念されます。そこで、改めて、感染症対策の中でも、次の6点について、自分自身を振り返ってみてください。

### ① マスクの着用

口や鼻の粘膜を乾燥から防ぎ、粘膜へのウイルス等の付着を防ぐ効果があります。

また、咳エチケットとして、咳、くしゃみがでたら、他の人にうつさないようにするためにも、マスクを着用することは大切です。マスクは複数枚準備し、はずす時は外側に触れないようにしましょう。

### ② 手洗いの励行

人が感染する要因の多くは、手に付着した細菌やウイルスなどが物品に付着し、そこから手を介して鼻や口、目などの粘膜から体内に入ります。帰宅時に30秒間手洗いを行い、外部からの病原体も持ち込まないことが大切です。また、ハンカチも複数枚準備し、清潔なもので拭くことが大切です。

手指等のアルコール消毒は有効だと言われています。

### ③ 加湿

湿度50%以上でウイルスなどの繁殖を抑える効果があると言われています。加湿器やタオルを干すなどして乾燥を防ぐことが大切です。

### ④ 人ごみを避ける

公共交通機関の吊革、公共施設の手すり、エレベーターボタン、ドアノブなどを介して細菌やウイルスなどが手から手へと拡がり、それが感染拡大のきっかけになります。人が多いところほど、感染症に罹患する確率が上がります。

### ⑤ こまめな水分補給

のどや鼻の粘膜にある「繊毛(せんもう)」には、ウイルスや細菌を体内から排泄させる効果があります。体内の水分が不足すると、繊毛の乾燥を招き、繊毛の動きが悪くなってしまいます。

### ⑥ 睡眠をとる

課外などで平日は睡眠時間が普段よりも短くなっている人が多いかもしれません。睡眠不足は、抵抗力を弱めてしまい、感染症にかかりやすくなります。週末は意識して睡眠をとり、抵抗力を高めましょう。

一人ひとりの心がけが、公衆衛生の視点から集団の感染症予防へとつながります。

自分と周りの人を守るために、まずは、できることから取り組んでください。

※新型コロナウイルス感染症に備えて～一人ひとりができる対策を知っておこう～

:首相官邸ホームページより引用 (<http://www.kantei.go.jp/jp/headline/kansensho/coronavirus.html>)

## 新型コロナウイルス感染症ってどんな病気？

### 新型コロナウイルス感染症とは？

過去ヒトで感染が確認されていなかった新種のコロナウイルスが原因と考えられる感染症です。

### コロナウイルスとは？

人や動物の間で広く感染症を引き起こすウイルスです。人に感染症を引き起こすものはこれまで6種類が知られています。深刻な呼吸器疾患を引き起こすことがあるのは、SARS-CoV(重症急性呼吸器症候群コロナウイルス)とMERS-CoV(中東呼吸器症候群コロナウイルス)で、それ以外は、感染しても通常は風邪などの重度でない症状にとどまります。

### どうやって感染するの？

○厚生労働省は、30日、症状のない人が新型ウイルスに感染していること。また、国内で人から人への感染が確認されたと発表しています。

新型コロナウイルス感染症がどのように感染するのかについては、現時点では、飛沫感染(ひまつかんせん)と接触感染の2つが考えられます。

#### (1) 飛沫感染

感染者のくしゃみや咳、つばなどの飛沫と一緒にウイルスが放出  
別の人がそのウイルスを口や鼻から吸い込み感染

※主な感染場所:学校や劇場、満員電車などの人が多く集まる場所



#### (2) 接触感染

感染者がくしゃみや咳を手で押さえる  
その手で周りの物に触れて、ウイルスが付く  
別の人がその物に触ってウイルスが手に付着  
その手で口や鼻を触って粘膜から感染

(イラスト: 政府広報オンライン)



#### ○潜伏期間について

潜伏期間は、他のコロナウイルスの状況などから、最大14日程度と考えられています。

#### ○発生状況や死者数は？

現時点で、中国では感染者数7711名、死亡者数は170名となっています(1月30日時点)。最新の状況については、厚生労働省 HP:「中華人民共和国湖北省武漢市における新型コロナウイルス関連肺炎の発生について」の「◆発生状況について」をご覧ください。