

新型コロナウイルス感染への緊急事態宣言の再発令

令和3年1月15日

社長 清水 澄人

新規新型コロナウイルス感染が拡大、それに伴う2度目の緊急事態宣言が11都道府県に発令されており、早期、ワクチン接種や治療新薬の確立が望まれますが、其れ迄の期間は改めて各個人・家庭・会社・社会生活で守るべき基本的な対応方法を記載します。(厚生労働省資料参考)

1. 新型コロナウイルスは、人の体のどこから侵入して感染するか？

このウイルスは、人の「目、鼻、口、」の粘膜から侵入することで感染する。まず、このことをしっかりと理解する。傷のない皮膚から侵入することはない。

感染対策を全くしていない場合、「目、鼻、口、」の粘膜から下記経路で感染する。

1) 感染した人と近距離(約1m以内)で長時間(約15分間以上)会話をするすることで、感染した人の吐息や咳のしぶきに含まれるウイルスが「目、鼻、口」から侵入することで感染する。数分以内の会話は低リスク。また、感染した人の横をすれ違うだけでは感染しない。

2) 空気が乾燥して湿度39%以下になるとウイルスが軽くなり、感染者の吐息や咳に含まれる

ウイルスは遠くまで飛んで行き、人に吸い込まれる。換気と加湿を良くする必要がある。

3) ウイルスは、金属やプラスチックの表面で最大3日間生存する可能性があり、ウイルスが付着したドアノブや手すりなどを手で触り、そのウイルスがついた手で無意識のうちに自分の「目、鼻、口、排泄部」の粘膜に触れることで感染する。(ある調査では、人は無意識のうちに1時間に約10回「目、鼻、口」の粘膜に触れるそうです。)また、感染者の使ったタオル、食器などを共用することで感染する可能性が高い。

2. 感染するとどのような症状がでますか？

発熱、倦怠感、喉の痛み、咳、筋肉痛、食欲の低下など、普通の風邪やインフルエンザと同様の症状がでます。臭いが分からない、味覚の異常を訴える人もいます。感染しても約8割の人は無症状で、周囲の人に感染を広げている可能性が示唆されている。(人混みの中でマスクが必要な理由)。症状が少し進むと、動いた時の息苦しさを感じることがあります(この時はすぐに受診をしないと重症化するリスクが高まる)。

3. 感染を予防する方法は？

・「目、鼻、口、」からウイルスの侵入を防ぐことが、感染の予防になる。

①「三密」を避ける「密集」、「密閉」、「密接」の三つの「密」を避けて生活する。

② 人混みに入る時は必ずマスクを着用、人混みに入る時(スーパーに買い物に行く、電車に乗る、バスに乗るなど、近距離に他の方がいる時)は、必ずマスクを着用(鼻と顎をしっかりカバーすること)。近距離で会話をする場合、お互いにマスクを着用していれば感染を予防できる。マスクに加えて花粉症用のメガネなどを着用するとさらに予防に役立つ。

③「目、鼻、口、」を不用意に触らない「目、鼻、口」を不用意に触らないようにする。「目、鼻、口、」を触るのであれば、必ずその前に手洗いを徹底する(薬用石鹸と流水、消毒用アルコールの両者が有効)。

- ④ 部屋の換気を心掛ける。(窓や扉を少しずつ継続して開け、定期的に広く開けるなど)
- ⑤ 毎日検温する。毎日本体を測定し体調の確認をする。発熱や風邪症状があるときは、外出を避けて自宅で療養する。発熱が続いたら(基礎疾患のある人は2日程度、基礎疾患のない人は4日以上)、直接医療機関を受診する前に近くの「受診相談所センター、帰国者・接触者相談センター、地域の保健所」に電話で相談し、アドバイス(PCR検査)を受ける。
- ⑥ 適度な運動を心掛ける 外出を自粛するとはいえ、ずっと家に閉じこもっていると体力と免疫力が落ちるので、家の周りを散歩するなど、適度な運動を心掛ける。散歩、通勤中屋外を歩くときなど、屋外で2m以内に複数の人がいない場合、感染する可能性は低く、マスクの着用は必須ではありません。

4. 万一、家族の中に感染した人が発生した場合は?
以下のような感染対策をすることが勧められている。

- (1) 可能な限り部屋を分ける。
- (2) 家の中でもできる限り全員がマスクを着用する。
- (3) 小まめにうがいと手洗いをを行う。
- (4) できる限り換気を行う。
- (5) 感染した人が触れたドアノブ・便座などの消毒を行う。
- (6) タオルや食器の共用を避ける。
- (7) 感染した人の入浴を最後にする

感染リスクが高まる「5つの場面」

場面① 飲酒を伴う懇親会等

- 飲酒の影響で気分が高揚すると同時に注意力が低下する。また、聴覚が鈍麻し、大きな声になりやすい。
- 特に敷居などで区切られている狭い空間に、長時間、大人数が滞在すると、感染リスクが高まる。
- また、回し飲みや箸などの共用が感染のリスクを高める。



場面② 大人数や長時間におよぶ飲食

- 長時間におよぶ飲食、接待を伴う飲食、深夜のはしご酒では、短時間の食事に比べて、感染リスクが高まる。
- 大人数、例えば5人以上の飲食では、大声になり飛沫が飛びやすくなるため、感染リスクが高まる。



場面③ マスクなしでの会話

- マスクなしに近距離で会話をすることで、飛沫感染やマイクロ飛沫感染での感染リスクが高まる。
- マスクなしでの感染例としては、昼カラオケなどでの事例が確認されている。
- 車やバスで移動する際の車中でも注意が必要。



場面④ 狭い空間での共同生活

- 狭い空間での共同生活は、長時間にわたり閉鎖空間が共有されるため、感染リスクが高まる。
- 寮の部屋やトイレなどの共用部分での感染が疑われる事例が報告されている。



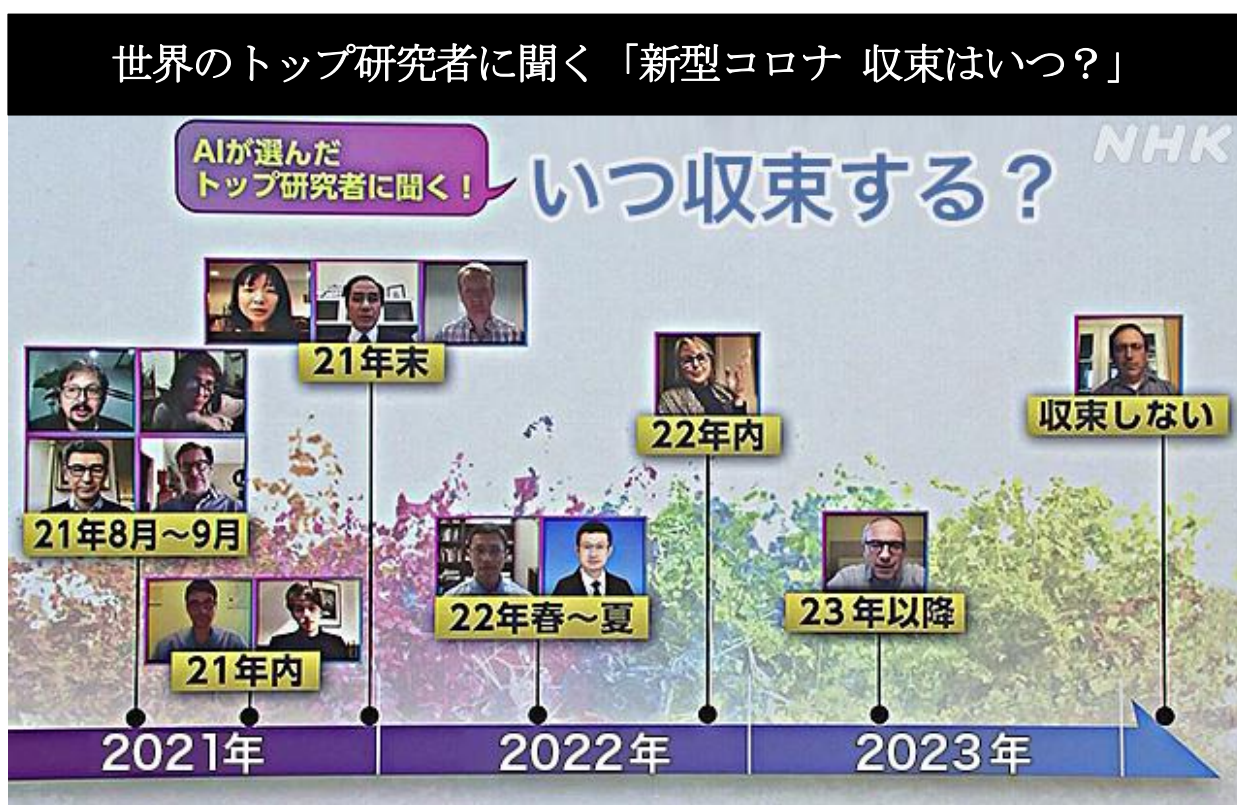
場面⑤ 居場所の切り替わり

- 仕事での休憩時間に入った時など、居場所が切り替わると、気の緩みや環境の変化により、感染リスクが高まることもある。
- 休憩室、喫煙所、更衣室での感染が疑われる事例が確認されている。



コロナウイルス感染対策に世界のトップ研究者が提唱する対策キーワード

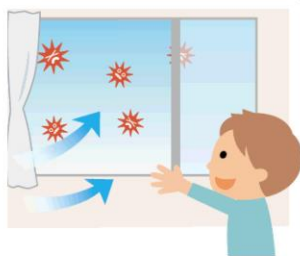
1. 消毒技術 ← ウチヤで導入済
 - ① 水及び石けんによる洗浄 → モノ、手指
 - ② 熱水 → モノ
 - ③ アルコール消毒液 → モノ(雑品、医薬品・医薬部外品)、手指(医薬品・医薬部外品)
 - ④ 次亜塩素酸ナトリウム消毒液(塩素系漂白剤) → モノ(雑品、医薬品・医薬部外品)
 - ⑤ 洗剤(界面活性剤) → モノ(雑品、医薬品・医薬部外品)、手指(未評価)
 - ⑥ 次亜塩素酸水(一定条件を満たすもの) → モノ(雑品)
2. 紫外線 (紫外線殺菌装置) ← 日本の技術で病院にて実用化が始まっている
日本で実用化に成功、紫外線 波長 **222nm** ナノメートル(皮膚癌を起こさないレベル)の紫外線 10 秒で無害化、コロナウイルスに効果的、殺菌用。
3. コロナウイルスの不活性化 (オゾン発生装置、光触媒装置) ← ウチヤでも導入開始
低濃度オゾン(0.000017%)による酸化力で無害化。
4. 蒸発 ← 加湿器を増強する
ウイルス飛沫は、湿度の高い状況ではすぐに地面に落下してしまいますが、乾燥すると遠くまで飛んでいく事がわかっています。湿度が 39%以下になるとウイルス飛沫の水分が蒸発して軽くなるため、落下速度はゆるやかになり約30分間、空气中を漂うことになる。湿度60%と比較すると湿度30%では2倍遠くに飛ぶ、乾燥するほど広い空間にウイルス飛沫が広がる。
5. 加湿 (加湿装置) ← 加湿器を増強する
空気が乾燥すると、喉の粘膜が乾燥して血流低下を引き起こし、免疫低下の原因となり喉に炎症をおこしやすくなる。50%~60% 湿度で大気中の飛沫を50%落とし、喉の線毛が活発になりコロナウイルスを排除する。こうして、室内を40%以上に加湿する。



以上

新型コロナウイルス 職場における「4つ」の対策ポイント ～ 職場での感染にご注意ください！～

**換
気**



室内では
こまめに換気をしましょう

密



席や更衣室で、人と
適切な距離をとりましょう

**共
用**



複数人での備品の共用は
できる限り避けましょう

休



体調が悪い場合は、
軽めの症状でも
休みましょう・休ませましょう

また、感染防止の3つの基本である ①**身体的距離の確保**、
②**マスクの着用**、③**手洗い** の徹底もお願いします。

「接触確認アプリ」(COCOA) ご活用をお願い



職場のみんなをまもるため、
新型コロナウイルス接触確認アプリ※のインストールをお願いします。

※このアプリは、新型コロナウイルス感染症の感染者と接触した可能性について、
通知を受け取ることができる、スマートフォンのアプリです。



詳しくは厚生省特設サイトへ

新型コロナウイルスの集団発生防止にご協力をおねがいします

3つの**密**を避け ましょう!

①換気の悪い
密閉空間



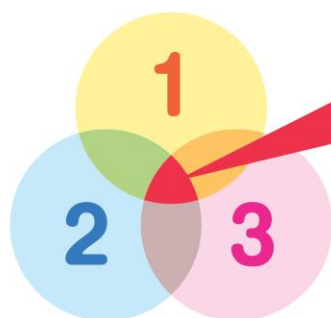
②多数が集まる
密集場所



③間近で会話や
発声をする
密接場面



新型コロナウイルスへの対策として、クラスター(集団)の発生を防止することが重要です。
日頃の生活の中で3つの「密」が重ならないよう工夫しましょう。



3つの条件がそろう場所が
クラスター(集団)発生の
リスクが高い!

※3つの条件のほか、**共同で使う物品**には
消毒などを行ってください。

