

◆日頃の感染防止対策を徹底しましょう。◆ =大切な家族を守るのは自らの行動です！=

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。



家庭内での感染対策 ～大切な家族を守るために～



- ◎石けんを使いこまめに手を洗いましょう。アルコール消毒しましょう。
- ◎定期的な換気をしましょう。
- ◎大皿料理は避け、個々に盛り付けた料理を提供しましょう。
- ◎コップ・タオルなどの共有は避けましょう。
- ◎ドアノブや電気スイッチなど、手を触れる共有部分はこまめに消毒しましょう。
- ◎家庭内でも、必要に応じてマスク着用・距離をとりましょう（特に高齢者の感染予防や体調変化時）。
- ◎日々の健康チェックを行い、体調が悪いと感じたときは「かかりつけ医」または「受診相談センター」に相談しましょう。（[受診相談センター電話番号：0120-567-747](tel:0120-567-747)）