

# 新型コロナウイルス感染症を拡げないために

日本では、現在約14万人(全人口の約0.1%)が新型コロナウイルス感染症と診断されています。

そのうち、重症化する方(人工呼吸器等が必要となる)の割合は約1.6%(50歳以下:0.3%、60歳以上:8.5%)で、死亡する人の割合は約1.0%(50歳以下:0.06%、60歳以上:5.7%)ですが、当初と比べ6月以降では、重症化と死亡の割合は低下しています。

そして、人口当たりの感染者数や死者数は、全世界の平均や主要国と比べて低い水準で推移しています。

重症化しやすい方は、高齢者と基礎疾患(肺や腎臓疾患、糖尿病や高血圧、心血管疾患、肥満等)のある人です。

新型コロナウイルスに感染した方が、他の人に感染させてしまう可能性のある期間は、発症(何らかの症状が出ること)の2日前から、発症後7~10日間とされ、特に発症の直前や直後でウイルス排出量が最も高くなります。

**感染を拡げないためには**、以下の点が大切です。

1)体調の悪い時には**不要・不急の外出を控えること**

2)人と接する場では**マスクを口と鼻を覆うように着けること**

(布マスクを、感染者が着用すると接した人のウイルス吸入量は60~80%減少し、感染者と接する人が着用すると20~40%減少すると言われています。)

3)外出中はできるだけ、人が多く触る所に触れず、**自分の手で顔を触らないこと**

4)外出後は必ず**石鹸で手を洗うこと**(アルコール手指消毒だけではウイルスが完全に死滅しない場合あり)

5)人の密集する場所や人との密接を避けること

6)密閉された空間では換気をする

7)クラスター感染リスクの高い場所に行かないこと

\*つまり、かぜ症候群やインフルエンザに対して注意するポイントと同じことが大切なのです。