

基本的な感染対策

感染症は、ウイルスや細菌等が、体の中に入り、症状が出る病気です。

ウイルス等は、換気の悪い場所では室内にとどまっていたり、咳に含まれていたり、

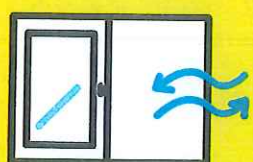
自分の手に付着していることがあります。

感染症危機においても、①換気 ②マスク着用等の咳エチケット ③手洗い ④人混み回避 といった

基本的な感染対策は有効です。

自分を守るために、周りの大切な人にうつさないためにも、基本的な感染対策を心がけましょう。

①換気



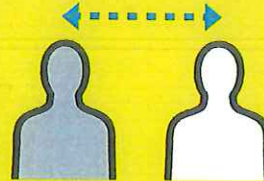
②マスク着用等の咳エチケット



③手洗い



④人混み回避



詳細は裏面をご確認ください。

感染症成立の3つの要因

感染症は、i 病原体（感染源）、ii 感染経路、iii 宿主の3つの要因がそろって感染します。

感染対策においては、これらの要因のうちひとつでも取り除くことが重要です。



病原体（感染源）の排除



感染経路の遮断



抵抗力の向上

感染症に関する最新情報

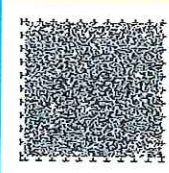
厚生労働省などの公式ウェブサイトやSNSにて随時更新します。ぜひご覧ください。



内閣感染症
危機管理統括庁
公式SNS等



情報を音声で
読み上げる機能



音声コード

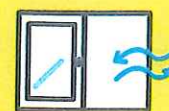


厚生労働省
公式SNS等



感染症危機下において実施が推奨される基本的な感染対策

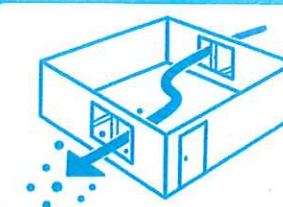
①換気



換気によって、空気中のウイルス等を外に追い出すことができます。

必要な換気量が確保されているかを確認する方法としては、二酸化炭素濃度測定器（CO2センサー）の活用等があります。

対角にある
窓を2か所
以上開ける

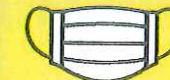


窓が
1か所しか
ない場合



空気の通り道を設けることが重要です

②マスク着用等の咳エチケット



咳エチケットによって、ウイルス等を含んでいる飛沫が広がるのを防ぐことができます。

ある程度、飛沫感染等を防ぐことができる不織布（ふしょくふ）製マスクがおすすめです。

3つの咳エチケット



正しいマスクの着用



③手洗い



手洗いによって、自分の手に付着したウイルスを減らすことができます。

流水で手を洗えないとき、手指消毒（消毒用エタノール等による）も有効です。

正しい手の洗い方

- ① 手洗いの前に
 - 爪は短く切っておきましょう
 - 時計や指輪は外しておきましょう



指の間や手首も忘れずに。

④人混み回避



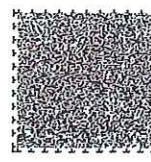
感染症危機下でも、人混みを避けることによって、感染機会を減らすことができます。

熱や咳等、体調不良を感じている人は、人が多く集まる場所に行かないようにしましょう。

特に 高齢者 基礎疾患のある方 妊婦 体調不良の方 は、人混みや繁華街への外出を控えましょう。



感染症の特性や状況の変化に応じた最新の情報や対策については、厚生労働省などの公式ウェブサイトやSNSにて随時更新しますので、ご確認ください。



音声コード



内閣感染症危機管理統括庁



厚生労働省

マスクや手指消毒薬など
ご家庭や職場でも
備蓄しておきましょう！