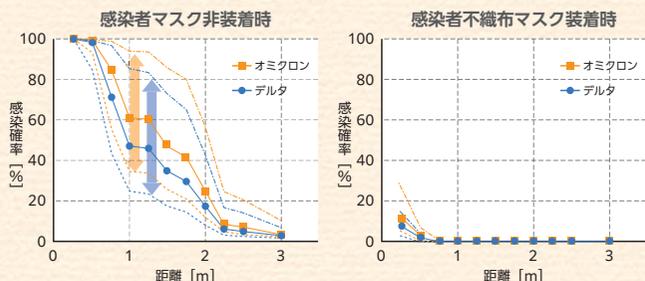


思いやりの距離を保とう

コロナ禍で有名になった「ソーシャルディスタンス」ですが、実は他の感染症にも有効です。口や鼻から出た飛沫は、無風でも1mほど空中を飛び、そのあと床に落ちます。マスクをつけて大声を出さず、1mの距離を守れば、感染のリスクは下げられるでしょう。

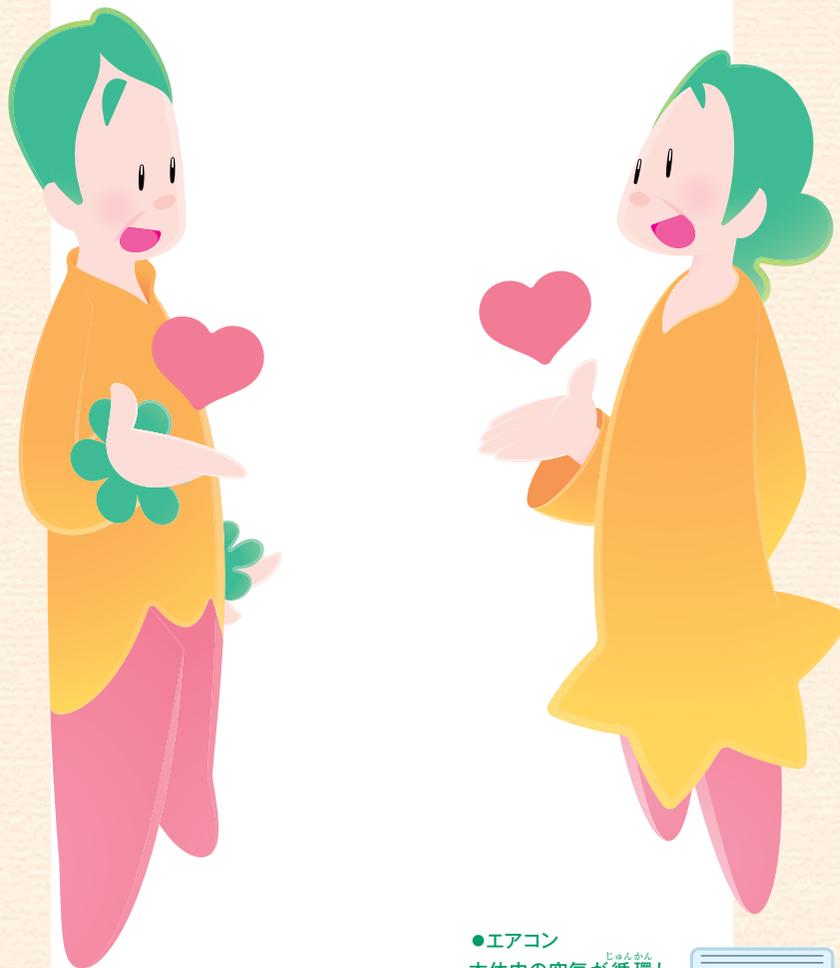
飲食店などの複数人が対面で滞在せざるを得ない場所、飛沫が飛び交う場面では、流行状況に応じて遮蔽板^{しゃへいばん}*を使いましょう。ただし、直接飛んでくる飛沫には効果がありますが、空気中をただよう病原体にはあまり効果がありませんので、十分な換気も合わせて実施してください。

15分間しゃべっている感染者と対面した時の感染リスク



多くの人が集まる場所では、特に周りを思いやって

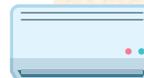
通勤電車や買い物時など、距離がうまく取れない場所もたくさんあります。そんなときこそ、周りを気づきたいもの。感染症流行時のごみの中ではマスク着用、大声でしゃべらない…心がけひとつですぐにできますね。イベントなどに参加する際は、主催者が集まる人数や開催場所の環境に合わせた対策を講じていますので、決められたルールをしっかり守って楽しみましょう!



※遮蔽板

アクリル板などの間をさえぎるついでに、使用する場合は、空気の流れを妨げないように

●エアコン
本体内の空気が循環しているだけ。外気は取り込みません(一部除く)



●サーキュレーター
状況に応じて活用し、部屋の空気と外気と入れ替えましょう

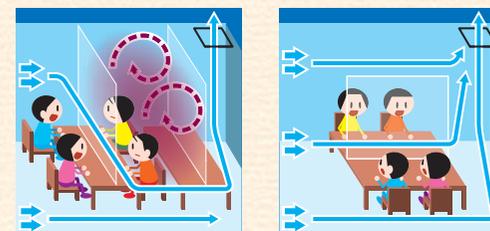


「自分が感染しているかも」それが思いやりの第一歩

感染症が厄介なのは、自覚症状がない状態でも人に感染させる力があること。ですから、感染症が流行している状況では、「自分が感染している可能性もある」と考えて、外出前に検温し、マスクをつけるとともに、少し距離をとることも思いやりの気持ちです。

また、少し体調が悪いなど感じたら、自分だけでなく仲間の健康を守るためにも、無理をせず、しっかり休息をとりましょう。学校や職場などでは、休みやすい環境や雰囲気作りも大切です。

換気ができていない 換気ができている



屋内では、人数が少なくても長時間人が集まっていると、呼気の濃度が高くなります。もし感染者がいれば、空気中のウイルスの数が増えていき、感染確率が高まってしまいます。

そこで「換気」が重要になります。一方の窓だけを開けても空気は流れにくいので、反対側の窓も開けましょう。そして、部屋全体で流れを作ると同時に、空気が留まってしまう場所を作らないように注意しましょう。

みんなを守れる場には換気が重要