

要を押さえたメリハリのある感染症対策を目指して
「手当たり次第、のべつ幕なし」では続かない！

対策を
やっているけど
できていない
そこを見つけて
スキルアップ！！

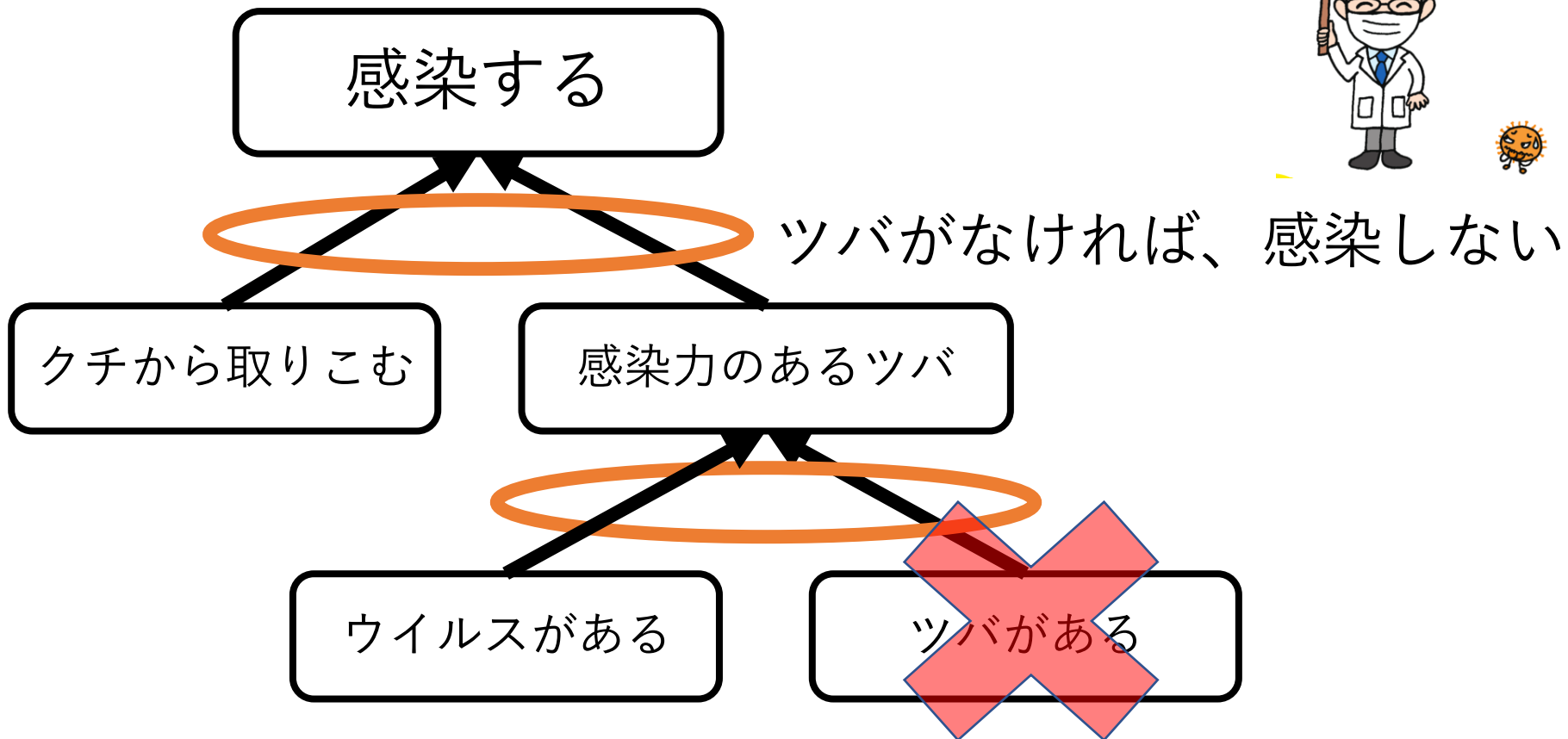
最近、感染症対策を徹底するように言われます
でも、これ以上なにをすればいいのかわからない
その様な時のための「新型コロナ感染予防ハンドブック」です

この1年間で明らかになった科学的な根拠を踏まえて
あなたが、いま取り組んでいる感染症対策を
「続けるのか、やめるのか。」
その仕分け作業をしましょう



※ このガイドは、なるべく最新の医学論文等に基づき作成しておりますが、研究は日々進歩しています。また新型コロナウイルスの研究報告がない部分は、これまで行われてきたウイルスの研究を踏まえた個人的な見解もありますので、注意してお使いください。

ツバボウシの定理



ツバボウシの奥義



★ ウイルスは、ツバがなければ飛びません

1. 飛まつ感染は→ マスクをする

マスクができない時→ 距離を取る

距離も取れない時 → 話さない

★ ウイルスは、手からクチへとやってきます

2. 接触感染は→ クチをさわらない

クチをさわる時は→ 手を洗う

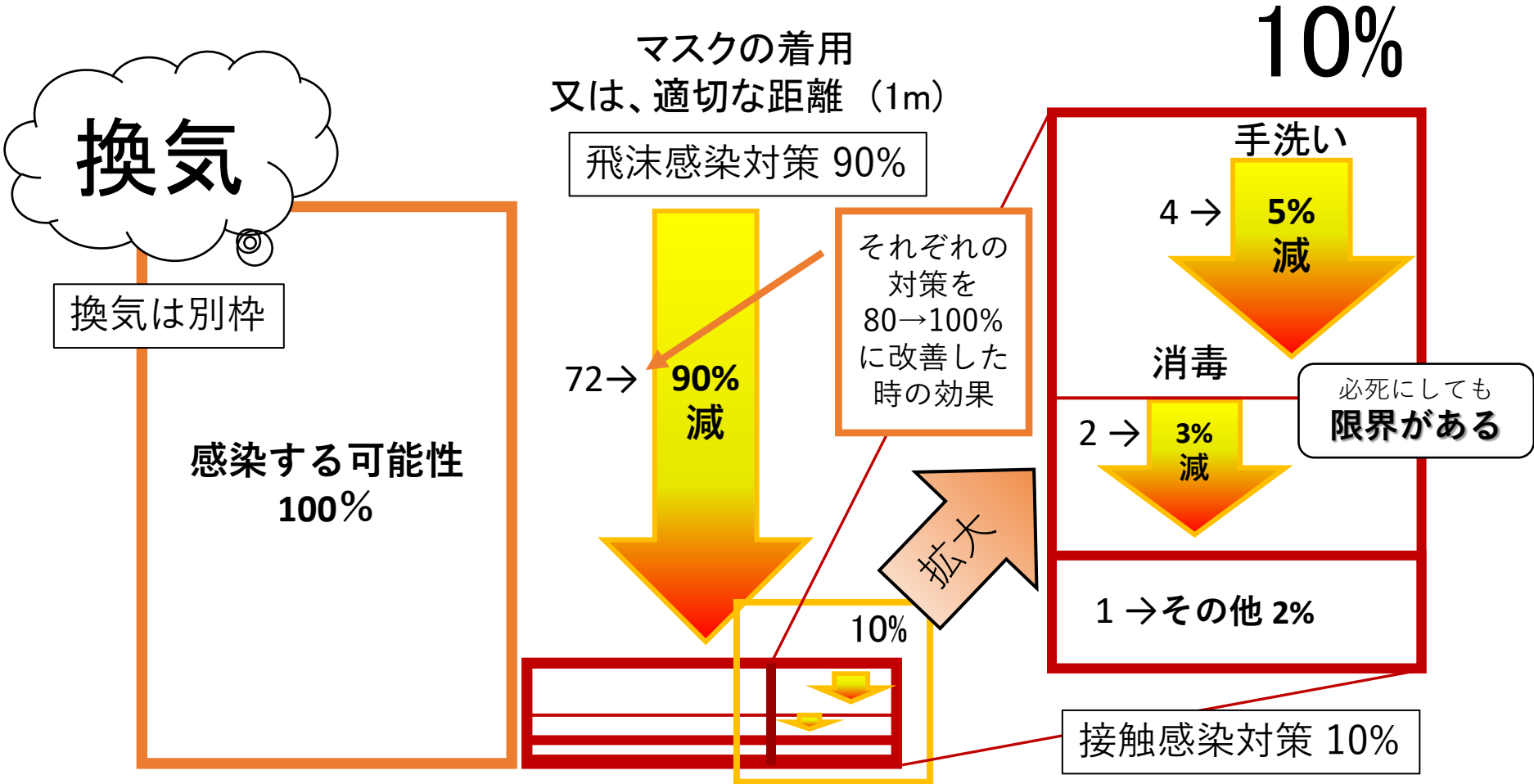
手も洗えない時 → モノの消毒

感染経路に基づき適切な対応ができれば

感染はしない

日常生活での感染予防対策の取組みと効果

予防効果の高いマスクと手洗いを徹底するのが効果的
消毒は飲食店など色々な人が出入りする場所を除けば効果は少ない



“密”では感染しない！ 「三密」に対する誤解

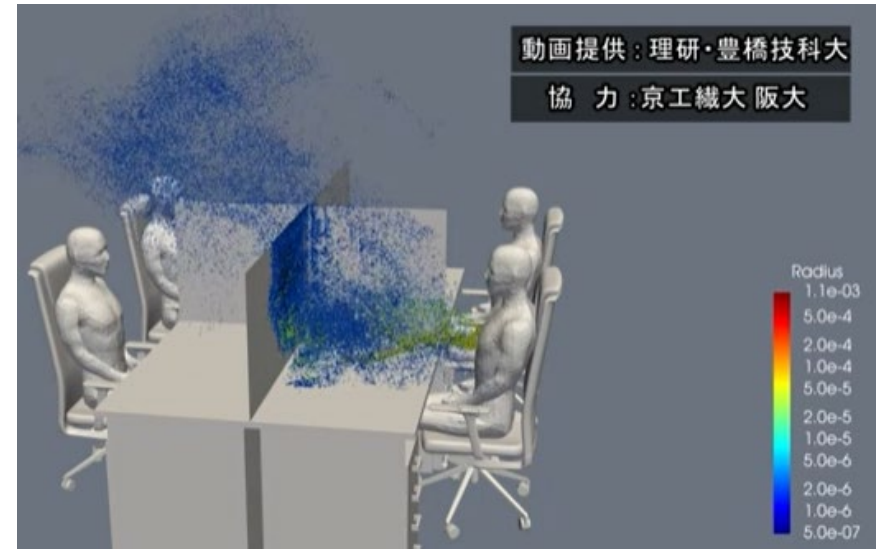
3. 「三密」の感染は → 換気で防ぐ
「三密」正体は **霧のようなツバ**
それが

- ① 換気の悪い「密閉空間」
- ② “狭い部屋”に、数十人「密集」
- ③ 1時間以上「長時間」
- ④ 大声で「霧を吐き出す」
- ⑤ それをなんども「吸いこむ」

霧のようなツバが「部屋に充満」すれば

感染力は18倍！

集団感染が発生する



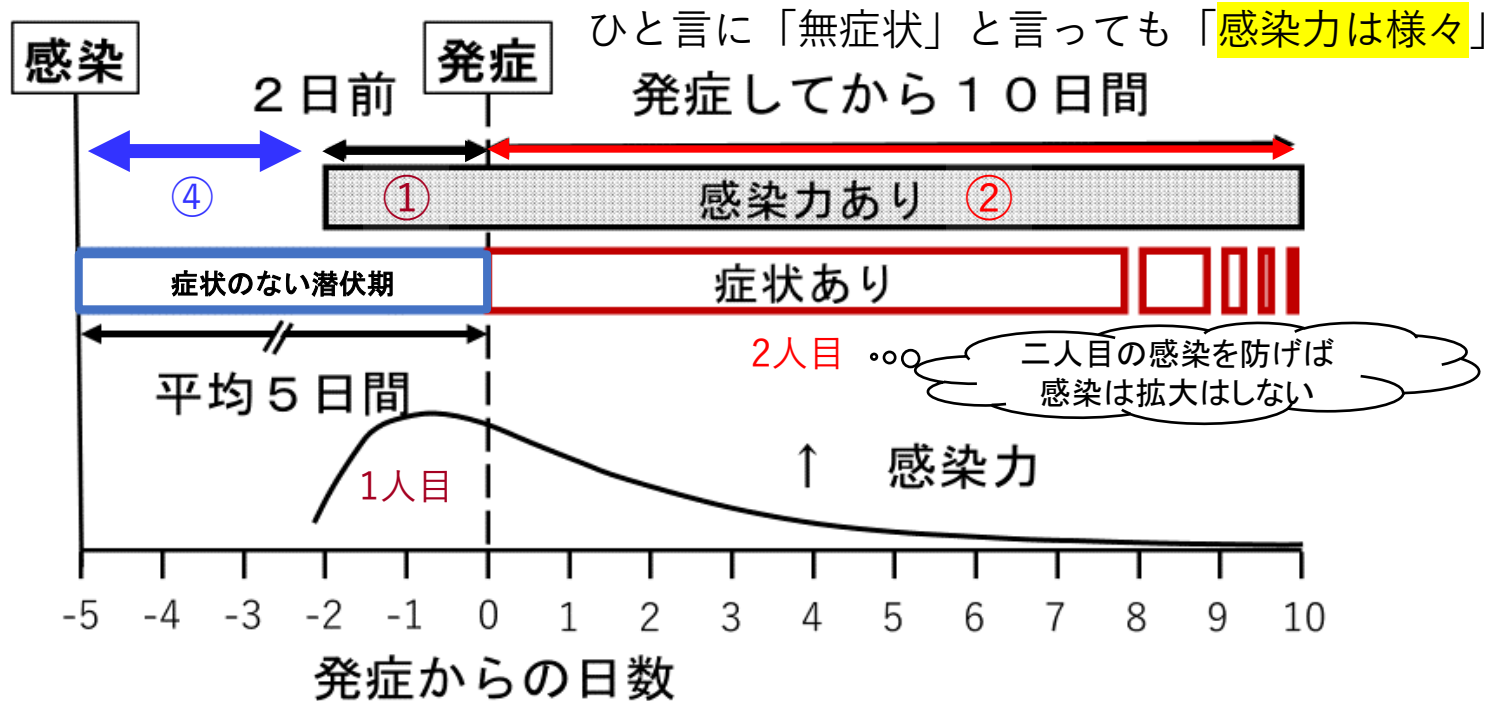
1mmの飛まつには700万個のウイルスが含まれています。体積比で、その1000万分の1以下の「霧のようなツバ」にはウイルスが1つ入っているか、いないかですが、コロナウイルスが感染するには、1万個のウイルスが必要といわれています

**霧のようなツバの感染力は
とても弱い**

富岳のシミュレーションは、粒子を数千万倍に表示をしているために「霧のようなツバ」の感染力が強いと誤解されている

新型コロナウイルスは、1人から2人にしかうつらない

- ◆ 「症状のない」の感染者について - 全く症状が出なければ、感染力は弱い! -
- ① 症状がでる前「発症前二日間」 (45%) 感染力 強い PCR 検査陽性率 (50%)
 - ② 熱などの症状がある (40%) やや強い (70%)
 - ③ 最後まで症状が出ない (5%) 弱い (?%)
 - ④ 症状のない潜伏期 (除く発症前2日) ない (0%)



症状が出てからきちんと対応すれば、感染の拡大は抑えられる 6

1年経って明らかになってきた事実

(2021年2月14日現在)

1. 無症状の人が感染を拡大させている ×
マスクさえしていれば、その時は感染させない
2. 「密」で感染する × 「密」で感染するのは「飛まつ感染」だけ
三密は ①「二密（密閉、密集）」と ②飛まつ感染の2つで起きる
3. 空気感染をする ×
ウイルス単独で空気を漂っていても「感染力」はない
4. プラスチック・ステンレス上で3日間は感染力がある ×
実験室での話で、一般生活環境でそんなに長くは続かない
5. ウイルスの感染力は暑いと弱まり、寒いと強くなる ×
屋外で感染はほとんどしないので、気温の影響はあまりない
6. 空気清浄機に新型コロナウイルスへの感染防止効果がある ×
 - 1) 換気ができていれば新型コロナウイルスの感染力はない
 - 2) 空気清浄機だけで感染を防止する能力はない。

「換気をしない」という感染対策はない

新型コロナウイルスに感染する可能性がある状況

- ◆ 保健所が感染している可能性があると判断する接触は
感染者とマスクをしないで
1mくらいの距離で
15分の接触をした人
このような接触で感染する可能性は1%未満

- ◆ 一般生活での感染する可能性について
 - ① 感染者と同居をしていた場合には 10%から40%
 - ② 感染者との食事は 7% ← いまは、かなり減っています！
 - ③ 感染者との商業施設での接触は 0.6%

(2020年2月調査：感染症対策はされてなかった時期)

ただし、霧のようなツバが、部屋に充満しなければ
よくよく見ると、新型コロナウイルスの感染力は強くない