

# 感染リスクが高まる「5つの場面」

新型コロナウイルス感染症は、主に飛沫感染や接触感染によって感染するため、3密(密閉・密集・密接)の環境で感染リスクが高まります。また、**大人数や長時間におよぶ飲食、マスクなしでの会話**といった場面でも感染が起きやすく、注意が必要です。緊急事態宣言も再度発令され、感染症の対策を徹底できているか一人一人が問われます。今一度自身の生活を振り返ってみましょう。

## 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、聴覚が鈍化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、大人数で滞在すると感染リスクが高まる。
- ・回し飲みや箸などの共有が感染リスクを高める。



## 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。

## 3. マスクなしでの会話

- ・マスクなしに近距離で会話することで、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。



## 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有部分での感染が疑われる事例が報告されている。

## 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、気のゆる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。



## 注意 他の人にコロナウイルスを感染させないために

- ・新型コロナウイルスに感染した人が他の人に感染させてしまう可能性がある期間は、**発症の2日前から発症後7～10日間程度**とされています。また、この期間のうち**発症の直前・直後で特にウイルス排出量が高くなると**考えられています。
- ・このため、**新型コロナウイルス感染症と診断された人は症状がなくとも、不要・不急の外出を控える**など感染の防止に努める必要があります。

