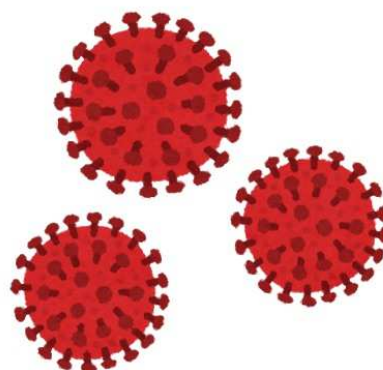


新型コロナウイルスへの感染は、ウイルスを含む飛沫が口、鼻や眼などの粘膜に触れること、または、ウイルスがついた手指で口、鼻や眼の粘膜に触れることで起こります。

このため、飛沫を吸い込まないように人との距離を確保し、会話時にマスクを着用し、手指のウイルスを洗い流すか消毒・除菌することが大切です。



手や指などのウイルス対策

①手洗い。手や指についたウイルスの対策は、洗い流すことが最も重要のようです。手や指に付着しているウイルスの数は、流水による15秒の手洗いだけで1/100に、石けんやハンドソープで10秒もみ洗いし、流水で15秒すぐと1万分の1に減らせます。手洗いの後、さらに消毒液を使用する必要はないようです。

②アルコール消毒（濃度70%以上95%以下のエタノール）。手洗いがすぐにできない状況では、アルコール消毒液も有効です。アルコールは、ウイルスの「膜」を壊すことで無毒化するものです。



空気中のウイルス対策

新型コロナウイルス等の微粒子を室外に排出するためには、こまめに換気を行い、部屋の空気を入れ換えることが必要です。窓を使った換気を行う場合、風の流れることができるよう、2方向の窓を、1時間に2回以上、数分間程度、全開にしましょう。

新型コロナウイルス感染防止を日常生活に取り入れた「新しい生活様式」を実践し、感染予防をしましょう。