



屋外・屋内でのマスク着用について

〇マスク着用は従来同様、基本的な感染防止対策として重要です。

一人ひとりの行動が、大切な人と私たちの日常を守ることに繋がります。

〇屋外では、人との距離（2m以上を目安）が確保できる場合や、

距離が確保できなくても、会話をほとんど行わない場合は、

マスクを着用する必要はありません。

〇屋内では、人との距離（2m以上を目安）が確保できて、かつ

会話をほとんど行わない場合は、**マスクを着用する必要はありません。**



【屋外】

距離が確保できる

距離が確保できない

会話を
ほとんど
行わない

マスク必要なし



マスク着用推奨



会話を
ほとんど
行わない

マスク必要なし



マスク必要なし



公園での散歩やランニング、サイクリングなど

徒歩や自転車での通勤など、屋外で人とすれ違う場面

【屋内】

距離が確保できる

距離が確保できない

会話を
ほとんど
行わない

マスク着用推奨



マスク着用推奨



会話を
ほとんど
行わない

マスク必要なし



マスク着用推奨



通勤ラッシュ時や人混みの中
では**マスクを着用**しよう

高齢の方と会う時や病院に行く時は、**マスクを着用**しよう。
体調不良時の出勤・登校・移動は控えください。



夏場は、熱中症防止の観点から、屋外でマスクの必要のない場面では、マスクを外すことを推奨します。



マスクに
関するQ&A

ひとくち、みらいのために



新型コロナウイルス
感染症予防のために
(厚生労働省)

新型コロナウイルス感染症について

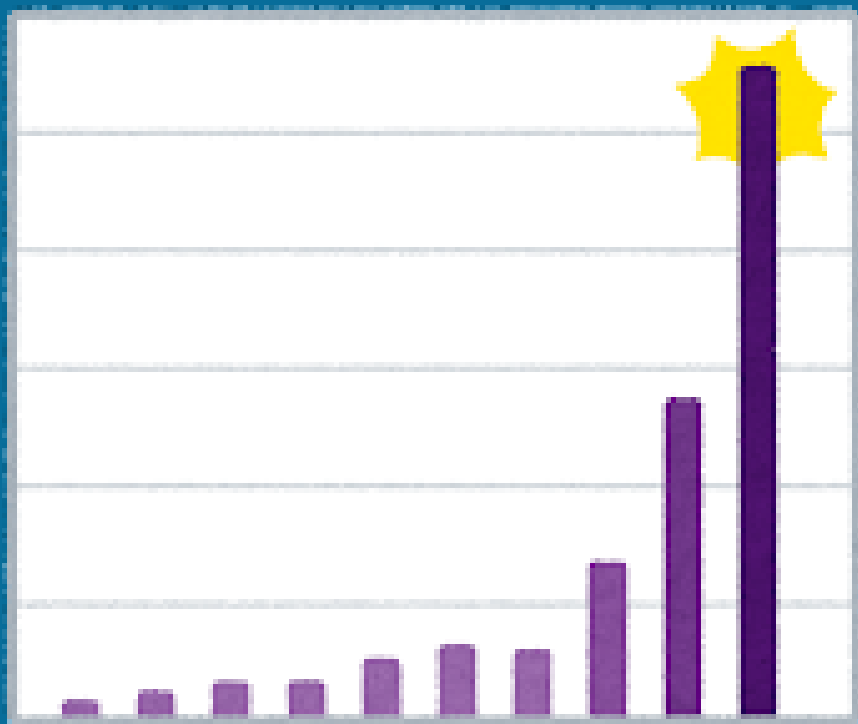


山本 正之

本日はお越しいただきありがとうございます



新型コロナウイルス感染症の流行が続いています



日本での感染者数が
900万人を超えました



日別の新規陽性者の数



累積の新規陽性者の数



年代別の新規陽性者の割合

30歳未満の方が全体の約半分を占めています

10歳未満	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上
18.8%	15.9%	13.9%	17.0%	15.0%	7.9%	4.9%	3.4%	3.2%

48.6%

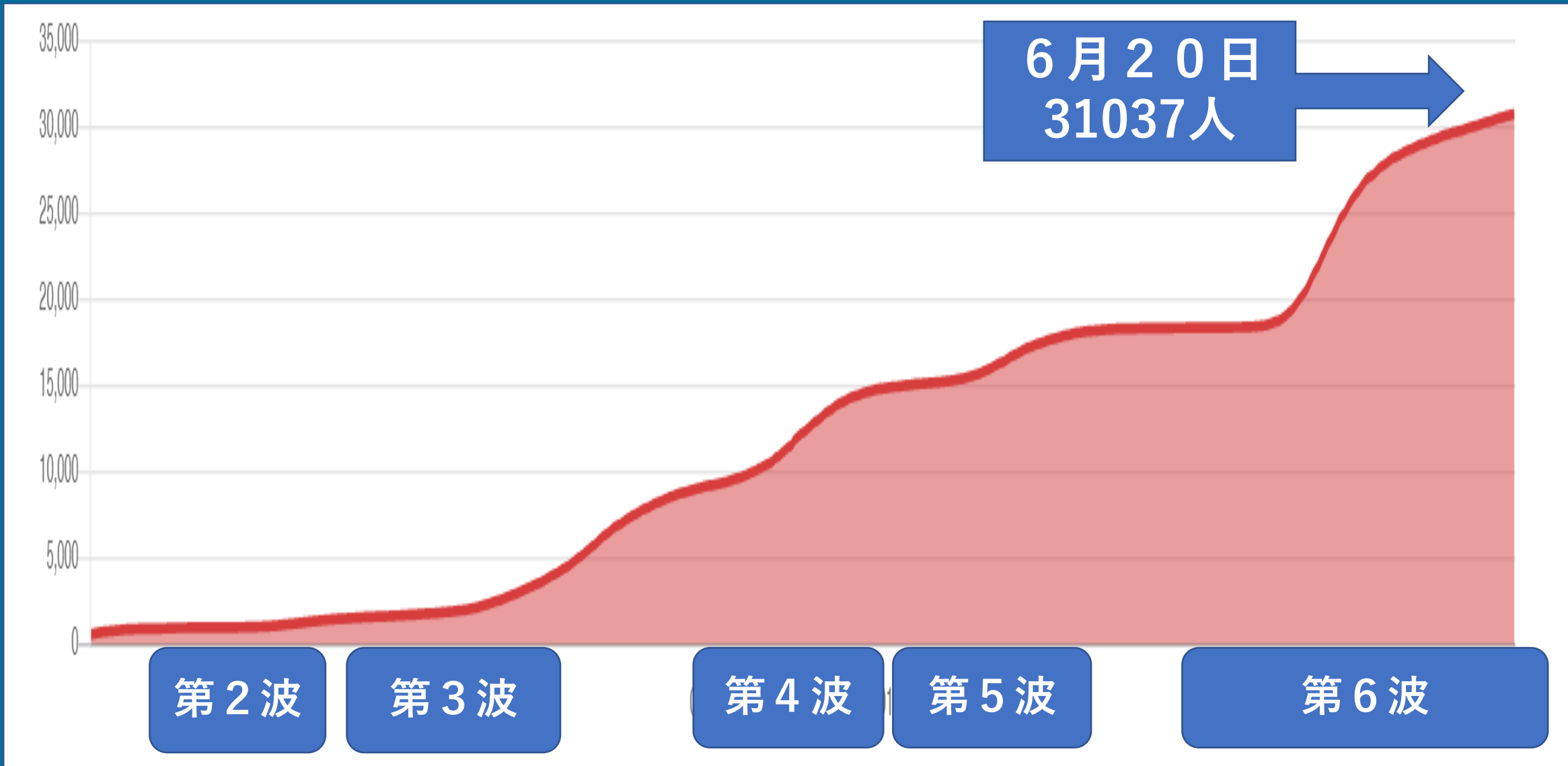
(2022年5月30日)

新規陽性者の感染場所

病院	学校等	保育園・幼稚園等	高齢者福祉施設	障害者福祉施設	劇場・集会場・展示場等
2.0 %	10.5 %	2.2 %	2.8 %	0.4 %	0.1 %
運動施設	遊興施設	飲食店	事業所	自宅	それ以外
0.3 %	0.2 %	1.4 %	2.0 %	46.8 %	31.2 %

(2022年5月29日)

死亡者数(累積)

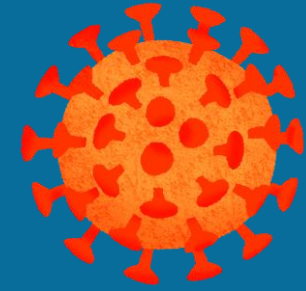


年代別の 重症化および死亡した人の割合

	10歳 未満	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代 以上
重症化 率	0.02 %	0%	0%	0.01 %	0.05 %	0.12 %	0.58 %	2.03 %	0.05 %
致死率	0%	0%	0%	0%	0.02 %	0.03 %	0.29 %	1.23 %	0.04 %

(2022年1月から2月)

新型コロナウイルス

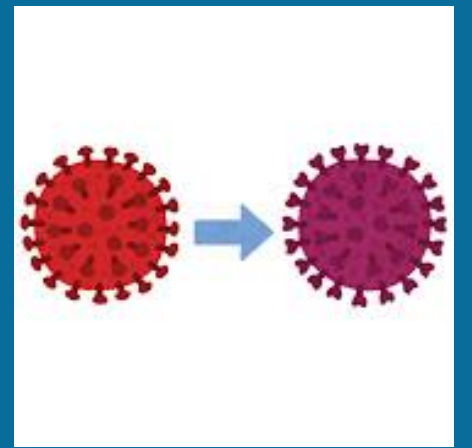


- ・ 新型コロナウイルスは、ヒトコロナウイルスの仲間です。
- ・ 2019年12月に、中国の武漢市で発見されました。

ヒトコロナウイルスには、以下のウイルスが存在します。

- ① 昔からある、普通の風邪の原因となるヒトコロナウイルス
- ② 動物から感染した重症肺炎ウイルス(SARSやMERSの原因ウイルス)
- ③ **新型コロナウイルス**

ウイルスの変異



- ・ 変異とは、ウイルスが増えるときに起こる遺伝情報の変化のこと。
 - ・ ウイルスは増殖や感染を繰り返す中で徐々に変異します。
 - ・ 一部の変異では、感染・伝播性、重症化リスク、ワクチンや治療薬の効果、診断法などに影響を及ぼすことがあります。
- ※ 新型コロナウイルスも変異がみられ、その変異株による流行を繰り返しています。

新型コロナウイルスの変異株

	α アルファ	β ベータ	γ ガンマ	δ デルタ	$\omicron$ オミクロン
感染力	↑	↑	↑	↑↑	↑↑↑
重症化 リスク	大	大	大	大	小
ワクチン 効果	変わらず	感染予防 効果低下	変わらず	変わらず	発症予防 効果低下

新型コロナ感染症

感染経路： ①飛沫感染 ②エアロゾル感染 ③接触感染

潜伏期： 1～14日間。

※ オミクロン株は多くが2-3日間で発症。ほとんどが感染して7日以内に発症する。

症状： 発熱、呼吸器症状、倦怠感、消化器症状、頭痛、関節痛、味覚や嗅覚の異常など。

新型コロナウイルスの検査

- ・ 抗原検査（定性法）

検体：鼻咽頭や鼻腔（唾液でできるものもある）

対象：発症から9日目以内の有症状者

- ・ 抗原検査（定量法）

検体：鼻咽頭、鼻腔、唾液

対象：有症状者、無症状者

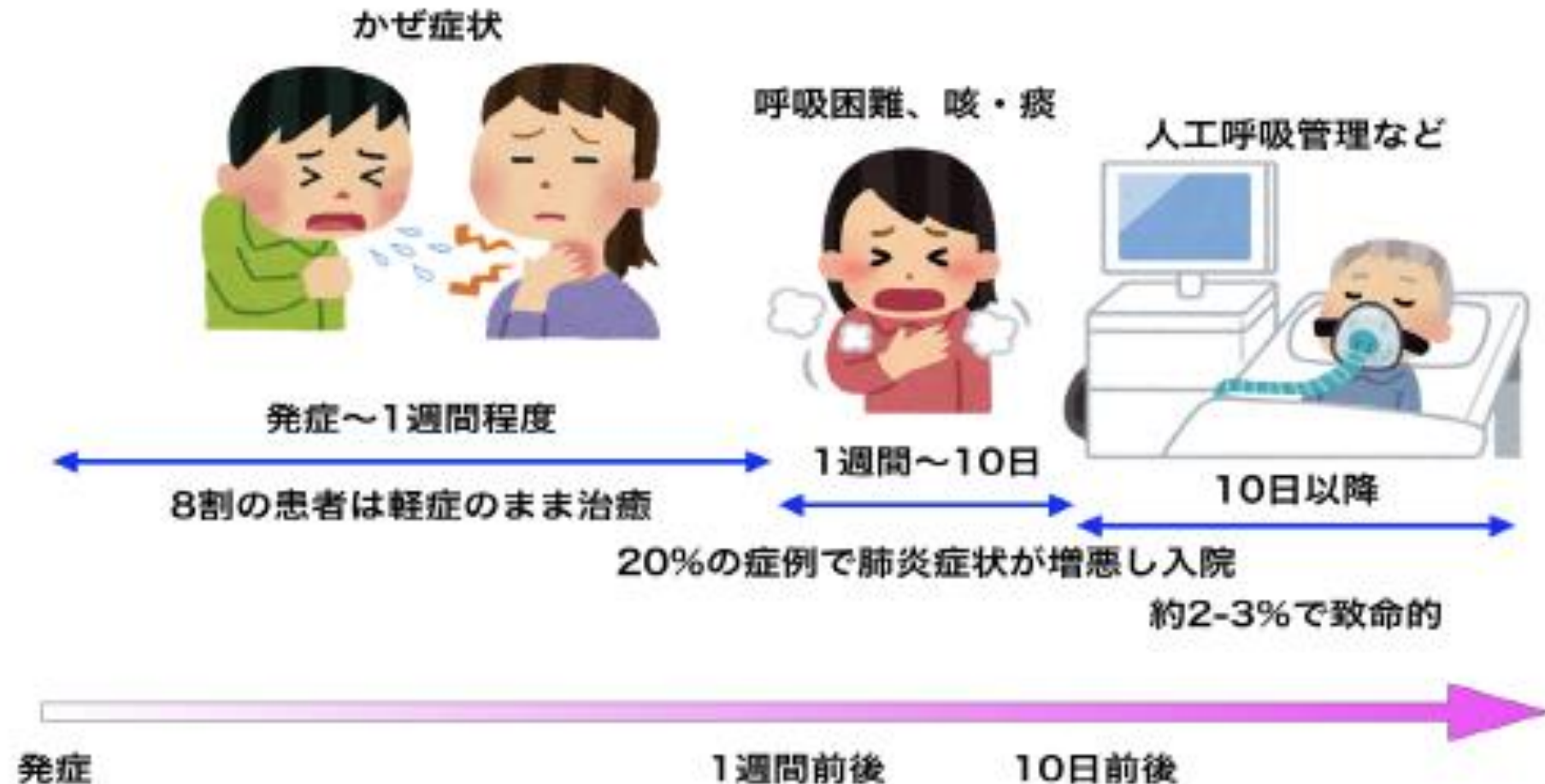
- ・ PCR検査

検体：鼻咽頭、鼻腔、唾液

対象：有症状者、無症状者



新型コロナウイルス感染症の経過



新型コロナ感染症の重症化リスク

重症化リスク（入院や酸素投与、集中治療が必要となるリスク）

- ・ 65歳以上の高齢者
- ・ 悪性腫瘍
- ・ 慢性閉そく性肺疾患(COPD)
- ・ 慢性腎臓病
- ・ 糖尿病
- ・ 高血圧
- ・ 脂質異常症
- ・ 肥満(BMI30以上)
- ・ 固形臓器移植後の免疫不全
- ・ 喫煙
- ・ 妊娠後半期



新型コロナ感染症の治療薬

最近、日本で承認されたお薬

- ・ **ゼビュディ**（点滴薬） オミクロン株には効果が弱い
- ・ **ラゲブリオ**（内服薬） 18歳以上
重症化リスクを持つ患者
- ・ **パキロビッド**（内服薬） 12歳以上かつ40kg以上
併用薬に注意

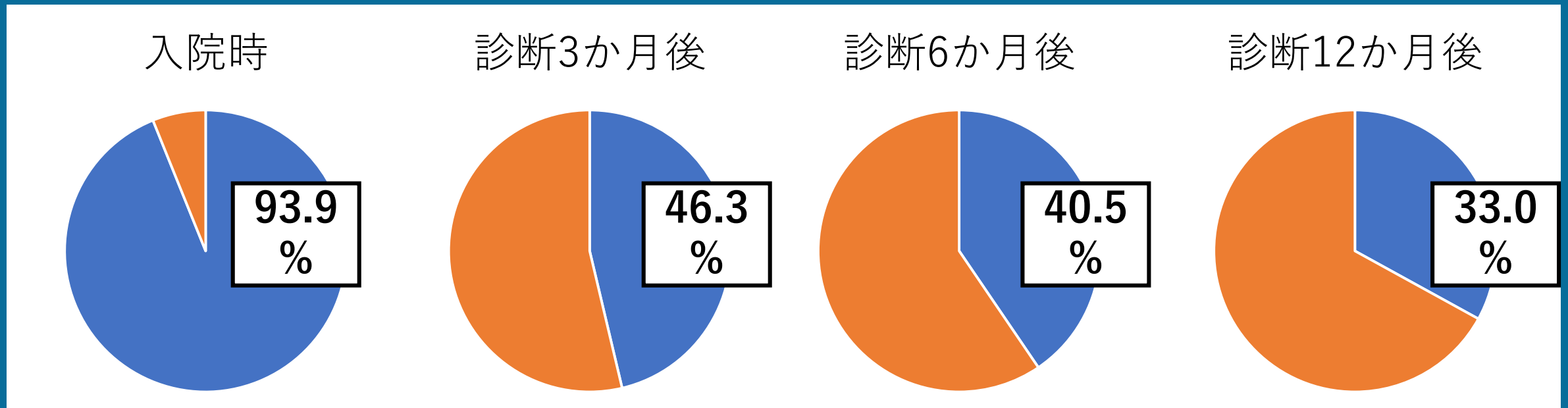
新型コロナ後遺症について

新型コロナウイルスに感染した後、症状が慢性化したり、新たに出現してしまう方がいます。

報告の多い症状としては、倦怠感、息切れ・息苦しさ、味覚障害、嗅覚障害、抜け毛、集中力低下、せきなどがあり、これらを**新型コロナ後遺症**といいます。

新型コロナウイルス感染症での有症状者の割合

新型コロナウイルス感染症と診断された入院患者の内、有症状者の割合



慶応大学医学部2022年6月2日のプレスリリースより作成

新型コロナワクチン

日本で使用可能なワクチン(令和4年5月末時点)

m-RNAワクチン

ファイザー社製のワクチン
武田・モデルナ社製のワクチン

組み換えタンパクワクチン

武田社製のワクチン

ウイルスベクターワクチン

アストラゼネカ社製のワクチン
ジョンソンエンドジョンソン社製のワクチン



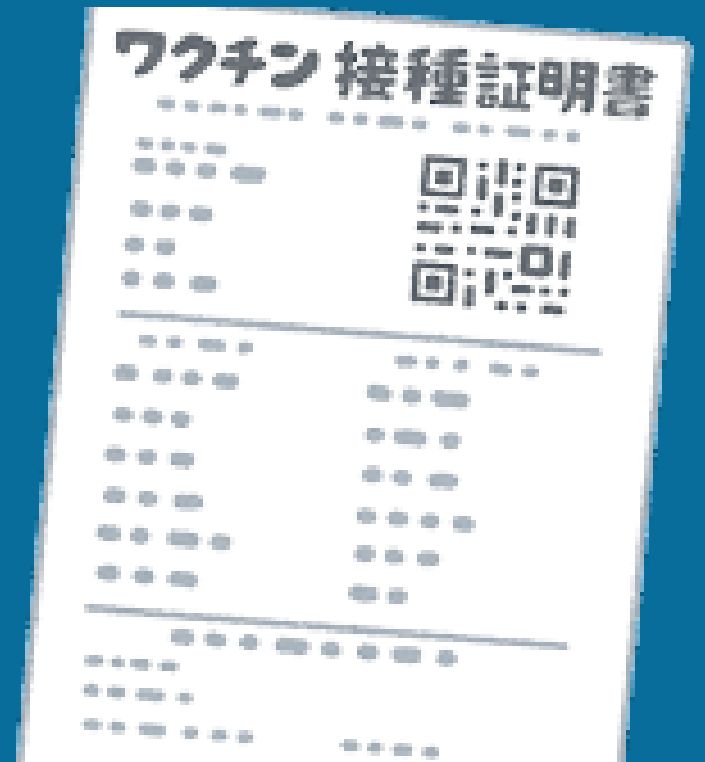
新型コロナウイルスワクチンの接種回数

- 4 歳以下 . . . **接種不可**
- 5 歳から 11 歳 . . . **接種回数 2 回**
- 12 歳から 59 歳 . . . **接種回数 3 回**
- 60 歳以上 . . . **接種回数 4 回**
- 18 歳以上から 60 歳未満の、基礎疾患のある方あるいは
医師が重症化リスクが高いと認めた方 . . . **接種回数 4 回**



新型コロナワクチンの 4回目接種が始まりました

- ・ 対象 ① 60歳以上の人
② 18歳以上で基礎疾患のある人
- ・ 間隔 3回目の接種から5か月以上あける



新型コロナワクチンの有効性

発症予防効果（感染しても発症を防ぐ）

ファイザー社又はモデルナ社ワクチンを3回接種すると、
2 - 4 週までは60-75%、15週後は25-40%に効果がみられた。

重症感染予防効果（感染して発症しても重症化を防ぐ）

ファイザー社ワクチン2回接種して、

- ① 3回目接種にファイザー社ワクチンを接種すると、
2 - 4 週までは約90%、10-14週までは約75%
- ② 3回目接種にモデルナ社ワクチンを接種すると、9週まで90-95%
に効果が見られた。

ワクチンの接種不適当者

- ・ 明らかに発熱している方（通常は37.5度以上）
- ・ 重い急性疾患にかかっている方
- ・ ワクチンの成分に対し、アナフィラキシーなど重度の過敏症（※1）の既往歴のある方
- ・ 上記以外で、予防接種を受けることが不適当な状態にある方

（※1）アナフィラキシーや、全身性の皮膚・粘膜症状、喘鳴、呼吸困難、頻脈、血圧低下等、アナフィラキシーを疑わせる複数の症状

新型コロナの流行が続いています

引き続き感染対策をお願いします



感染対策



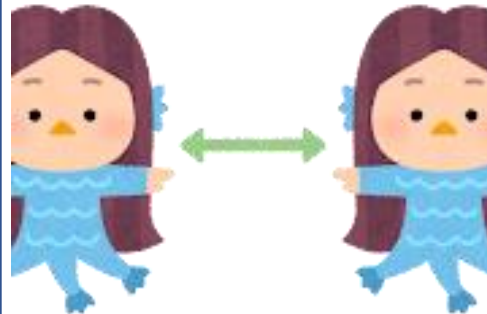
手洗い
消毒



うがい



マスク



密を
避ける

手洗い・消毒



- **手洗い**

流水による15秒の手洗いだけで100分の1に、石けんやハンドソープで10秒もみ洗いし、流水で15秒すすぐと1万分の1に、ウイルスを減らします。

- **消毒用アルコール**

濃度70%以上95%以下のエタノールを、手によくすりこみます。

手洗いの仕方

1



手を濡らした後、石鹸で
手のひらをこすります

2



手の甲を伸ばすように
こすります

3



指先、爪の間を手の
ひらでこすります

4



指の間を洗います

5



親指をねじって
洗います

6



手首もしっかり
洗います

マスクの付け方

正しい マスクの付け方

手洗い又は
手指消毒



鼻と口の両方を確実に覆い
ゴムひもを耳にかける



隙間がないよう
顔にフィットさせる



間違ったマスクの付け方

☐ 口だけ覆い、鼻が出ている

☐ ゴムひもが緩い

☐ 使用中のマスクを顎にかける

☐ 顔にフィットしていない

* マスクだけでは完全に防げないため、手洗い・うがい・アルコール消毒も併せて行いましょう！

マスク着用について



屋外 人との距離（2 m以上を目安）が確保できる場合や、
距離が確保できなくても、会話をほとんどしない場合

屋内 人との距離（2 m以上を目安）が確保できて、
かつ会話がほとんどおこなわれない場合

➡ マスクを着用する必要はありません

3 密を避ける

3 密(密閉・密集・密接)を避けるために、

- ・ こまめな換気をおこなう。
- ・ 隣の人とは十分(2 m以上)な距離を取る。
- ・ 会話を控え、十分な距離を保つ。



換気について



- 換気回数は毎時 2 回以上、数分間程度、窓を全開する。
- 複数の窓がある場合は、2方向(対角線上が効率的)の窓を同時に開放する。
- 窓が一つの場合は、部屋のドアを開け、扇風機等を窓の近くに置き、窓の外に向けて回す。
- 窓がない場合は、部屋のドアを開け、扇風機等を部屋の外に向けて回す。

まとめ

- 今回の第6波では、これまでの流行と比べて、新規陽性者がかなり増えています。
- 年代別では、若年者が占める割合が高くなっています。
- 新型コロナウイルスは変異により感染力を増し、流行を繰り返しています。
- 感染対策としては、手洗い・消毒、マスク、3密を避けるなどの基本的な対策と、ワクチン接種が有効です。