

## ☆新型コロナウイルスの感染予防とワクチン☆

昨年から新型コロナウイルスが日本中・世界中で流行して収束する気配がなく、私たちの生活にも大きな影響を及ぼしています。感染予防にはどのような点に注意すればよいのでしょうか。また、ワクチンは受けるべきでしょうか。

## ☆新型コロナウイルスの特徴と感染予防☆

新型コロナウイルスは飛沫（ひまつ）感染と接触（せつしょく）感染によって広がります。飛沫感染は感染している人のせきやくしゃみでとぶ飛沫によってうつるもので、マスクなしでの会話でも感染することがあります。接触感染は、手についたウイルスが口や鼻に入ることによって感染するものです。



新型コロナウイルスが感染する道すじを断つことが感染予防の基本です。飛沫感染に対してはマスクをつけること、接触感染に対しては手を清潔にすることで予防することができます。

マスクを正しくつけることで、自分を守ることと人にうつさないことの両方の効果が期待できます。石けんと流水で30秒以上手を洗うことや消毒用アルコールを使用することで手を清潔にすることができます。洗っていない手で口や鼻をさわったり、食べ物をつまんだりしないように気をつけましょう。

感染が成立しやすい「3密」（密集・密閉・密接）の条件をさけることも大切です。人との距離を2m以上に保って、換気を心がけましょう。

# 正しいマスクの着用



## 正しい手の洗い方

手洗いの前に

・爪は短く切っておきましょう  
・時計や指輪は外しておきましょう



石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

## ☆かぜをひいたらどうればよいですか？☆

発熱やせきなどのかぜ症状がある場合は仕事を休んで、外出をひかえてください。家の中でもマスクや手洗いといった感染対策をすることが大切です。受診される場合は直接病院に来るのではなく、必ず電話で連絡してから受診してください。

新型コロナウイルスは感染が広がりやすいウイルスですが、感染予防の基本を守ることによって防ぐことができます。正しい知識をもって予防していきましょう。

## ☆ワクチンは受けたほうがよいですか？☆

新型コロナワクチンの医療従事者への優先接種が行われており、西淀川区では5月以降に高齢者向けの接種が始まる予定です。現在国内で接種が進められているワクチンでは、接種した人はしなかった人と比べて新型コロナウイルス感染症にかかる率が90%以上減ることがわかっています。ワクチンの安全性や副反応を心配されている方も多いと思います。注射した部位の痛みや熱はかなりの頻度ではありますが、アナフィラキシーという重症のアレルギー反応は1万回に1回より少ない頻度です。かかりつけの先生と相談された上で、ぜひ接種されることをお勧めします。