

ウイルスとの共存 「With コロナ」時代を生きる

COVID-19

※画像はイメージです。

新型コロナウイルス感染症

昨年12月、中国の湖北省にある大都市、武漢で確認された新型コロナウイルス（COVID-19）が原因の急性呼吸器疾患（以下新型コロナウイルス感染症）は、急速に世界中へと広がり、3月11日、世界保健機関（WHO）がパンデミック（※）を宣言しました。

日本国内の影響

日本国内の最初の感染者は今年の1月、神奈川県で報告されました。その後、感染拡大を続け、4月7日には、埼玉県を含む7都府県に、16日には他の全道府県に対し緊急事態宣言が発令されました。

5月25日までに、緊急事態宣言は全国で段階的に解除されましたが、新型コロナウイルス感染症は、2020年東京オリンピックの延期をはじめ、日本経済に対し、様々な影響を及ぼしています。

越生町への影響

町で最初の感染症事例が発表さ

れたのは5月5日。現在（6月15日）までに3人の感染が確認されています。

国内で新型コロナウイルス感染症の感染拡大が懸念され始めて以降、町では、庁舎内の消毒や職員のマスク着用の徹底、分散勤務や各種イベントの中止等、様々な対策を講じることで感染拡大の防止に努めてまいりました。

緊急事態宣言解除後の暮らし

緊急事態宣言は段階的に解除され、最後まで発令されていた埼玉県を含む5都道府県でも5月25日、7週間ぶりに解除されました。

一方、新型コロナウイルス感染症はまだ完全に収束したわけではありません。感染拡大の第2波が来る可能性もあり、油断できない状況が続いています。

このような社会で私たちは、どのように生活を送ればよいかを考えていきましょう。

※パンデミック…ある感染症や伝染病が全世界的に広まる状態のこと

正しく理解し 感染を防ぐ

新型コロナウイルス感染症とは

新型コロナウイルス感染症は、中東呼吸器症候群（MERS）ウイルスなどと同じコロナウイルスの新型です。

MERSは肺炎を起こすのが特徴で、発症者の約3人に1人が亡くなる、致死率の高い感染症です。一方、新型コロナウイルス感染症はMERS同様に肺炎を引き起こしますが、感染者の多くが軽症で、重症化率は高くありません。感染しても発症しない場合も多くありますが、感染力が強いので、本人が気付かないうちに他の人への感染を広げてしまうことがあります。そして、高齢者や持病のある人は重症化しやすいという特徴があります。

感染経路は「飛沫」と「接触」

新型コロナウイルス感染症の感染経路は、くしゃみや咳などで飛んだ唾などにより感染する「飛沫感染」と、ウイルスのついた手で口に触れたり、ウイルスのついた食べ物を食べたりすることで感染する「接触感染」があります。

感染を防ぐ

閉鎖した空間で、近距離で多くの人と会話をするような環境では、咳やくしゃみなどがなくても感染を拡大させるリスクがあります。

感染しないと増えない「ウイルス」

ウイルスは細菌とは違い、他の生物の細胞の中に入り込まないと増殖できません。しかし、一旦細胞の中に入ると、大量に増殖し、細胞の外に放出されます。

感染拡大を防ぐために私たちができること

新型コロナウイルス感染症に感染しないために私たちができることは、基本的な感染症予防をしっかり行い、感染リスクの高い場所を避けるように心がけて生活することです。

これからの時期は、感染症予防はもちろん、熱中症にも気を付けて生活していく必要があります。以下の4項目を参考に、今までの生活様式を振り返り、改善すること、健康に生活を送りましょう。

引き続き「3密」の回避を

緊急事態宣言の有無にかかわらず、3密（密集、密接、密閉）の揃う場所は感染拡大の可能性が高くなります。このような場所ではできるだけ避けるように心がけましょう。

また、体温測定と健康チェックを毎朝行い、発熱や風邪の症状がある場合は自宅で療養しましょう。

感染防止の三つの基本

①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い・うがいは感染症予防の基本です。特に人との間隔は、できるだけ2m（最低1m）空けるようにしましょう。

また、感染状況に注意し、感染が流行している地域へ（地域から）の移動を控え、出かけた場所や、誰とどこであったかなどの記録を取っておくようにしましょう。

不当な差別や偏見をなくしましょう

新型コロナウイルス感染症に関連して、感染者・濃厚接触者、医療従事者等に対する誤解や偏見に基づく差別を行う事は許されません。

公的機関の提供する正確な情報を入手し、冷静な行動に努めましょう。

熱中症にも気を付けて

マスク着用の徹底も大切ですが、暑い時期は、場面に応じて熱中症予防も意識する必要があります。

屋外で人と十分な距離（2メートル以上）を確保できる場合は、適宜マスクを外しましょう。

マスク着用時は、負荷のかかる作業や運動を避け、こまめに休憩や水分の補給を行いましょう。エアコン使用時は、こまめに換気を行う事を意識しましょう。