



包括だより

発行所

泉大津市地域包括支援センター
(泉大津市社会福祉協議会)

TEL 0725-21-0294

〒595-0026 泉大津市東雲町9-54

**新型コロナウイルス感染症の症状ってどんなの？**

実際どうなの？ 新型コロナ



発熱や呼吸器症状が1週間前後つづくことが多く、
強いだるさ（倦怠感）を訴える方が多くなっています。

**重症化するリスク／確率は？**

感染しても約8割の方は軽症で経過し、治癒する例も
多いことが報告されています。一方、重症度は、季節性
インフルエンザと比べて死亡リスクが高いことが報告さ
れています。特に、**高齢者や基礎疾患のある方では重症
化**

**新型コロナウイルス感染症ってどうやって感染するの？**

一般的には**飛沫感染**、**接触感染**で感染します。
閉鎖した空間で、近距離で多くの人と会話するなどの
環境では、咳やくしゃみなどの症状がなくても感染を
拡大させるリスクがあるとされています。

飛沫感染



感染者の飛沫
(くしゃみ、咳、つばな
ど)と一緒にウイルスが
出され、他の方がその
ウイルスを口や鼻などから
吸い込んで感染します。



接触感染



感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、
その手で周りの物に触れるとウイルスがつきます。
他の方がそれを触り、ウイルスが手につき、その
手で口や鼻を触ることで粘膜から感染します。

**接触感染
に
注意！！**

感染経路として

接触感染に注意が必要です！

目
3回

鼻
3回



口
4回

人は「無意識」に顔を触っています！！1時間に平均23回！！



どうして換気をしないとイケないの？

閉めきった部屋は、空気が部屋の外に出にくいので、汚染物質がずっと部屋の中に存在したり、増えたりしたままの状態になってしまい、その空気が、人間に対して悪い影響を与えるからです。

何もしないと十分な換気ができず、汚れた空気とともにウイルスも部屋の中にどんどんたまっていってしまうからです。



**どうする？
冬場の換気**

**室内温度18度以上
湿度40%以上が効果的**

効率的な換気方法

* 部屋に窓が2か所以上ある場合

風が吹き込む窓と、その対角線上にある窓を同時に開け、空気の出口と入口をつくる。

* 部屋に窓が1か所しかない場合

ドアや廊下などの窓も開け、空気の通り道を確保する。



1時間に10分の換気を
1回よりも5分の換気を
2回した方が効果的です！

台所の換気扇や
空気清浄機も
有効です！

* 編集後記 *

「新型コロナウイルス感染症」の拡大防止のため、毎号掲載している90歳を超えていきいきと生活しておられる方をご紹介します「元気の秘訣」の取材は中止しました。次回をお楽しみにお待ちください。掲載している情報は厚生労働省のHPより引用しています。