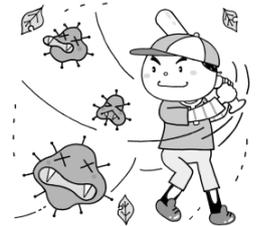




令和3年11月17日
 益子町立益子西小学校
 保健室No.9

日に日に寒さがまし、かぜやインフルエンザの流行が心配な時期となりました。そして、何よりも一番心配なのが、新型コロナウイルス感染症です。このまま感染がおさまればいいのですが、今後の状況に注意して過ごしましょう。出かけるときは、十分な感染対策をとって「飛まつ」が体の中に入らないように気をつけましょう。



「飛まつ」とは

くしゃみなどで、口から飛ぶつばの細かいしぶきのことを「飛まつ」と言います。飛まつは、目に見える大きいものから、目に見えない小さいものまであります。



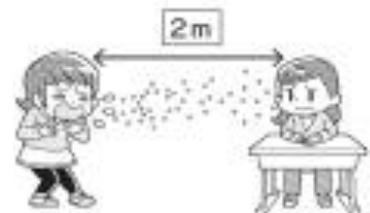
また、ウイルスに感染した人が飛ばす飛まつの中には、ウイルスが入っていることがあり、ほかの人への感染源になります。

飛まつによって感染するウイルス

- ・新型コロナウイルス
- ・インフルエンザウイルス
- ・風しんウイルス
- ・アデノウイルス
- ・エンテロウイルス
- ・ムンプスウイルス
- ・ライノウイルス
- ・RSウイルス
- ・ヒトメタニューモウイルス など

飛まつはどれくらい飛ぶの？

くしゃみ・せき・会話のそれぞれで、飛まつが飛ぶ距離はちがいます。くしゃみの場合は、約2メートル飛ぶとされています。また、飛んだ飛まつは気がつかないうちに、ほかの人の鼻や口などに入ってしまうことがあり、感染者の飛まつからウイルスに感染する「飛まつ感染」を起こすことがあります。

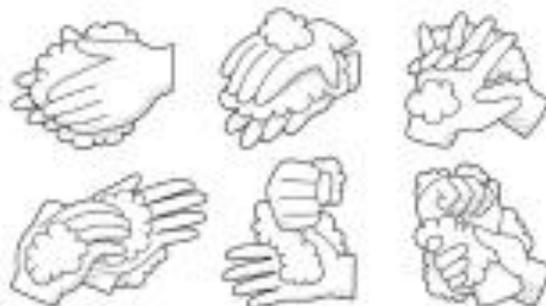


飛まつによるウイルスの感染を防ぐには

マスクを着用する

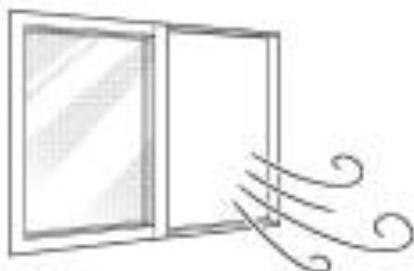


手のすみずみまで石けんを使って洗う



こまめに換気をする

(対角線に2方向の窓をあける)



ほかの人と1~2mの距離をとる

(飛まつは飛ぶ距離は2メートルなので)



マスクやフェイスシールドの効果

いちばん効果があるのはどれ？

(スーパーコンピュータ「富岳」によるシミュレーション結果)

対策方法	なし	マスク			フェイスシールド	マウスシールド
	吐き出し飛沫量	20%	18-34%	50% ^{※2}	80%	90% ^{※2}
	吸い込み飛沫量	30%	55-65% ^{※2}	60-70% ^{※2}	小さな飛沫に対しては効果なし (エアロゾルは防げない)	

※2 豊橋技術科学大学による実験値

