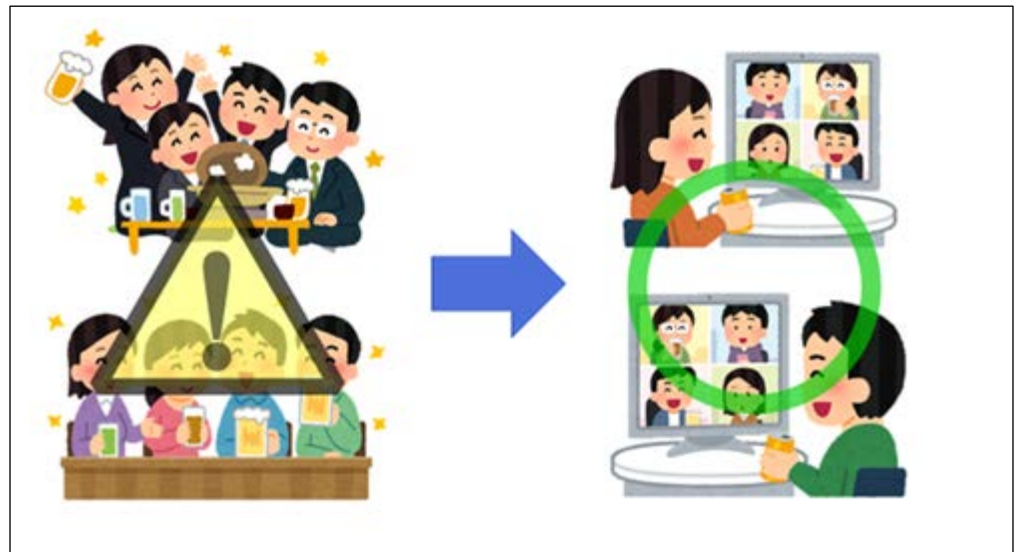


I 感染リスクが高まる「5つの場面」

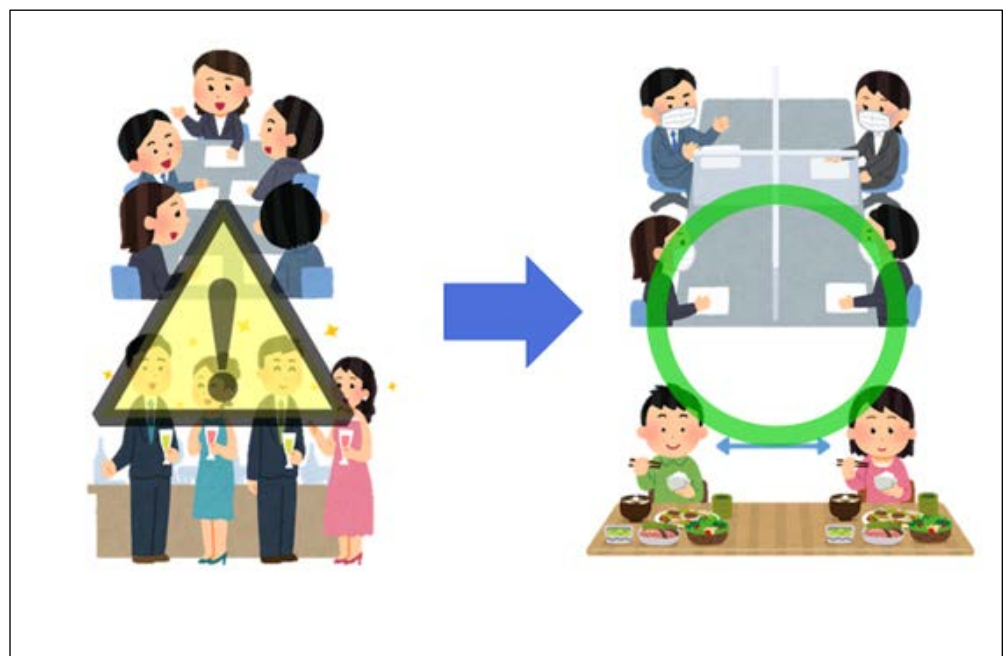
場面 1 飲酒を伴う懇親会等

- ・飲酒の影響で気分が高揚すると同時に注意力が低下する。また、聴覚が鈍麻し、大きな声になりやすい。
- ・特に敷居などで区切られている狭い空間に、長時間、大人数が滞在すると、感染リスクが高まる。
- ・また、回し飲みや箸などの共用は感染のリスクを高める。



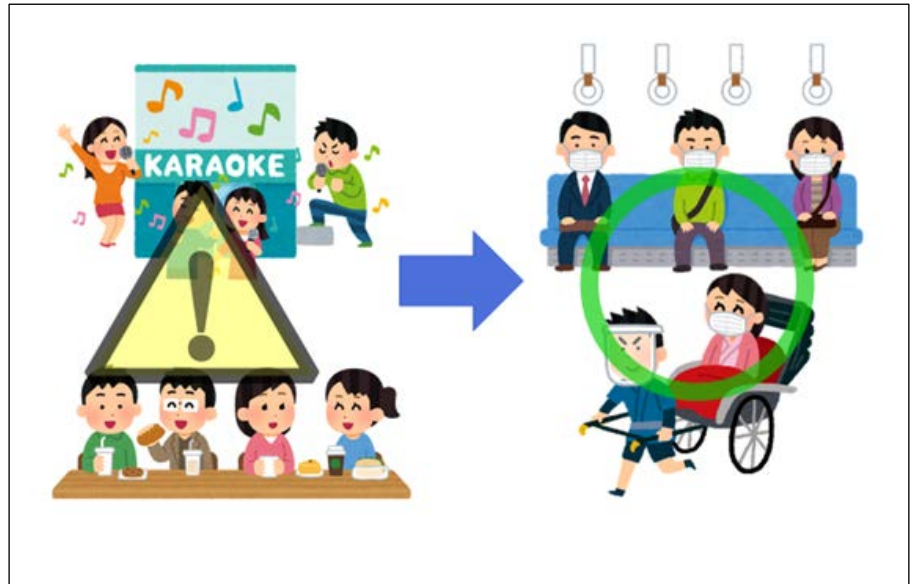
場面 2 大人数や長時間におよぶ飲食

- ・長時間におよぶ飲食、接待を伴う飲食、深夜のはしご酒では、短時間の食事に比べて、感染リスクが高まる。
- ・大人数、例えば5人以上の飲食では、大声になり飛沫が飛びやすくなるため、感染リスクが高まる。



場面 3 マスクなしでの会話

- マスクなしに近距離で会話をすることで、飛沫感染やマイクロ飛沫感染での感染リスクが高まる。
- マスクなしでの感染例としては、昼カラオケなどでの事例が確認されている。
- 車やバスで移動する際の車中でも注意が必要。



場面 4 狭い空間での共同生活

- 狭い空間での共同生活は、長時間にわたり閉鎖空間が共有されるため、感染リスクが高まる。
- 寮の部屋やトイレなどの共用部分での感染が疑われる事例が報告されている。



場面 5 居場所の切り替わり

- 仕事での休憩時間に入った時など、居場所が切り替わると、気の緩みや環境の変化により、感染リスクが高まることがある。
- 休憩室、喫煙所、更衣室での感染が疑われる事例が確認されている。



II 感染リスクを下げながら会食を楽しむ工夫

<利用者みなさんへ>

- ①飲酒をするのであれば、
 - 少人数・短時間で、
 - なるべく普段一緒にいる人と、
 - 深酒・はしご酒などはひかえ、適度な酒量で。
- ②箸やコップは使い回さず、一人ひとりで。
- ③座の配置は斜め向かいに。
(正面や真横はなるべく避ける)
(食事の際に、正面や真横に座った場合には感染したが、斜め向かいに座った場合には感染しなかった報告事例あり。)
- ④会話する時はなるべくマスク着用。
(フェイスシールド・マウスシールド※1 はマスクに比べ効果が弱いことに留意が必要 ※2。)
- ⑤換気が適切になされているなどの工夫をしている、ガイドライン*を遵守したお店で。
- ⑥体調が悪い人は参加しない。

<お店みなさんへ>

- ①お店はガイドライン*の遵守を。
(例えば、従業員の体調管理やマスク着用、席ごとのアクリル板の効果的な設置、換気と組み合わせた適切な扇風機の利用などの工夫も。)
- ②利用者に上記の留意事項の遵守や、接触確認アプリ (COCOA) のダウンロードを働

きかける。

<飲酒の場面も含め、全ての場面でこれからも引き続き守ってほしいこと>

- ①基本はマスク着用や三密回避。室内では換気を良くして。
- ②集まりは、少人数・短時間にして。
- ③大声を出さず会話はできるだけ静かに。
- ④共用施設の清掃・消毒、手洗い・アルコール消毒の徹底を。

※1 フェイスシールドはもともとマスクと併用し眼からの飛沫感染防止のため、マウスシールドはこれまで一部産業界から使われてきたものである。

※2 新型コロナウイルス感染防止効果については、今後さらなるエビデンスの蓄積が必要。

* 従業員で感染者が出たある飲食店では、ガイドラインを遵守しており、窓を開けるなど換気もされ、客同士の間隔も一定開けられていたことから、利用客（100名超）からの感染者は出なかった。

Ⅲ 寒冷な場面における新型コロナ感染防止等のポイント

1. 基本的な感染防止対策の実施

- マスクを着用（ウイルスを移さない）
- 人と人の距離を確保（1mを目安に）
- 「5つの場面」「感染リスクを下げながら会食を楽しむ工夫」を参考に
- 3密を避ける、大声を出さない

* 『5つの場面』とは

- 場面1：飲酒を伴う懇親会
- 場面2：大人数や長時間におよぶ飲食
- 場面3：マスクなしでの会話
- 場面4：狭い空間での共同生活
- 場面5：居場所の切り替わり

2. 寒い環境でも換気の実施

- 機械換気による常時換気を
（強制的に換気を行うもので2003年7月以降は住宅にも設置。）
- 機械換気が設置されていない場合は、室温が下がらない範囲で常時窓開け（窓を少し開け、室温は18℃以上を目安！）
また、連続した部屋等を用いた2段階の換気やHEPAフィルター付きの空気清浄機の使用も考えられる
（例：使用していない部屋の窓を大きく開ける）
- 飲食店等で可能な場合は、CO2センサーを設置し、二酸化炭素濃度をモニターし、適

切な換気により 1000ppm 以下 (*) を維持
*機械換気の場合。窓開け換気の場合は目安。

3. 適度な保湿（湿度 40%以上を目安）

- 換気しながら加湿を
（加湿器使用や洗濯物の室内干し）
- こまめな拭き掃除を