

# 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が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もある。
- 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。



あたら びょうき 5つ  
新しいコロナウイルスの病気に なりやすい 「5つのとき」

1. お酒を 飲みながら 話をしたり，ご飯を 食べたり するとき

お酒を 飲むと，病気に ならないように 気を付けることが できなくなったり，大きな声で 話したり しやすいです。

狭くて，外の 空気が 入らない 場所に，長い時間 いたり，たくさんの 人と 一緒に いたりすると，病気に なりやすいです。

また，他の人と 同じグラスで 飲み物を 飲んだり，他の人と 同じ 箸を 使ったりする ことでも，病気に なりやすいです。

2. たくさんの人が 集まったり，長い時間になったりして，飲んだり 食べたりするとき

他の人と 食事を するときは，次のことに 気を付けてください。

- 少ない 人数で 食事を してください。
- 短い 時間で 食事を してください。
- 多い 人数で 飲んだり 食べたり すると，話すときに 大きな声に なったり，つばが 飛んだり することで，病気に なりやすいです。

- ・お酒を飲むとき、行くお店は1日に1つだけにしてください。

### 3. マスクを付けないで話をするとき

マスクを付けないで、他の人と近くで話をしたり、歌ったりすると、つばが飛ぶことで病気になりやすいです。

他の人と一緒に車やバスに乗るときもマスクを付けてください。

### 4. 狭いところで、他の人と一緒に住んでいるとき

狭いところで、長い時間一緒にいると、病気になりやすいです。

寮<=同じ学校に行っている人や、同じ会社で仕事をしている人が、一緒に住むところ>の部屋やトイレなど、みんなが使うところにいるときは、病気になりやすいので気を付けてください。

## 5. あるところから 他<sup>ほか</sup>のところに 行<sup>い</sup>ったとき

仕事<sup>しごと</sup>の 間<sup>あいだ</sup>の 休憩<sup>きゅうけい</sup> <= 少<sup>すこ</sup>しの 間<sup>あいだ</sup> 休<sup>やす</sup>んで 心<sup>こころ</sup>や 体<sup>からだ</sup>の 疲<sup>つか</sup>れ  
をとること > の 時間<sup>じかん</sup>に なったときに、 仕事<sup>しごと</sup>を している ところ  
から 他<sup>ほか</sup>のところに 行<sup>い</sup>くと、 病<sup>びょう</sup>気<sup>き</sup>に なりやすいです。

休憩<sup>きゅうけい</sup>室<sup>しつ</sup> <= 少<sup>すこ</sup>しの 間<sup>あいだ</sup> 休<sup>やす</sup>んで 心<sup>こころ</sup>や 体<sup>からだ</sup>の 疲<sup>つか</sup>れをとる ところ >、  
喫<sup>きつ</sup>煙<sup>えん</sup>所<sup>じょ</sup> <= たばこを 吸<sup>す</sup>うところ >、 更<sup>こう</sup>衣<sup>い</sup>室<sup>しつ</sup> <= 服<sup>ふく</sup>を 着<sup>き</sup>替<sup>が</sup>  
えるところ > などに 行<sup>い</sup>くときは、 気<sup>き</sup>を 付<sup>つ</sup>けてください。