




今年の立春は2月3日です。節分は立春の前日と定義されているため、2月2日となります。この日を境に徐々に暖かくなるそうですが、空気も乾燥し風邪をひきやすくなります。日本国内では新型コロナウイルス（新型コロナ）を初めて確認して一年が過ぎました。その猛威は今もとどまるところを知らず、新たな感染者数が連日のように過去最多を更新する日々が続いております。感染を予防するためには、基本的な感染予防の実施や不要不急の外出の自粛、「3つの密」を避けることなどが重要です。



## 感染リスクが高まる「5つの場面」に注意しましょう


**場面① 飲酒を伴う懇親会等**

- ★ 飲食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、大人数で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、飛沫感染での感染リスクが高まる。
- ★ 車やバスで移動する際の車中でも注意が必要です。




**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など...



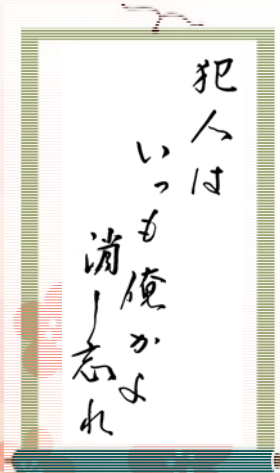
**場面⑤ 居場所の切り替わり**

- ★ 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、更衣室など...



**全ての場面でこれからも引き続き、次のことを守りましょう**

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



←利用者様の作品です

★ファルマコムでも“川柳を随時募集”しています！★  
お便りに掲載させていただきますので  
担当ケアマネージャーにお問い合わせくださいませ！

**ファルマコム居宅介護支援事業所**  
〒890-0066 鹿児島市真砂町84番19号  
電話 099-258-1314  
ホームページ <http://www.pharmacom.jp/care/>

**3月のこよみ**

3日 ひな祭り  
7日 消防記念日  
11日 東日本大震災の日  
20日 春分の日

