



**普段会わない人と会うことで、感染が広がる**

家族や同部署など頻りに会う人とは、普段から、共通の関係性（ネットワーク）を形成している。仮に、その中に1人感染した方がいたとしても、そのネットワークの中で感染の拡大は完結し、感染が他のネットワークに広がることはない。

普段会わない人と会うと、外のネットワークから感染を受ける、又は外のネットワークに感染を広める可能性がある。

特に、感染者が増加しているときに、多くの普段会わない人と接すると、他のネットワークへ感染が広がる可能性は高まる。

最近会っていなかった友人や知人、初めて会う人との接触はできるだけ減らすことが感染の拡大を抑える。

他のネットワークには、高齢者と同居したり、高齢者と接する仕事をしている人がいるかもしれない。知り合いだけでなく、知り合いの知り合いにまで広がることを考慮して、普段会わない人とどうしても会う時は、マスクを外す飲食などの場面により一層注意するなどいつも以上の感染防止対策をこころがけよう。

参考： [新型コロナウイルスに関するQ&A（一般の方向け） | 厚生労働省 \(mhlw.go.jp\)](#) 令和4年1月13日版 1問4 令

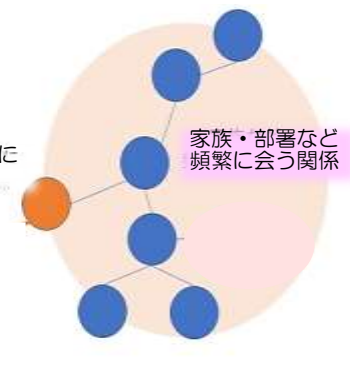
ネットワークA



家族・部署など頻りに会う関係

久しぶりに会う関係

ネットワークB



家族・部署など頻りに会う関係

普段会わない人と会うことによる感染ネットワーク拡大リスク

● 感染者

**濃厚接触者の無症状者に抗原定性検査は推奨されていない。PCR検査を受けましょう。陰性でも感染している場合がある。**

検査方法	検査種類	核酸検出 PCR検査 (LAMP法含む) (polymerase chain reaction)			抗原検査 (定量)			抗原検査 (定性)		
	調べるもの	ウイルスを特徴づける遺伝子(核酸)配列			ウイルスを特徴づけるたんぱく質(抗原)			ウイルスを特徴づけるたんぱく質(抗原)		
検査の対象者 症状の有無	感度 真陽性率	正しく陽性が出るのは70～90%程度 (10～30%は実は陽性でも偽陰性出る)			抗原検査(定性)より少ない量で検出できるが、一定量取れないと陰性判定される			検出には、一定以上のウイルス量が必要 一定量取れないと陰性判定される		
	特異度 真陰性率	正しく陰性出るのは99% (1%は実は陰性だが偽陽性に出る)			一定量取れないと陰性確定できないので、2回検査必要(PCRと併用必要)					
	判定時間	1～3時間 検査機器等を要する			約30-40分 検査機器等を要する			約30～40分 検体採取場所で実施		
	採取部位	鼻咽頭	鼻腔	唾液	鼻咽頭	鼻腔	唾液	鼻咽頭	鼻腔	唾液
	有症状者	発症から9日目以内	○	○	○	○	○	○	○	○
	発症から10日目以降	○	○	×※3	○	○	×※3	△※2	△※2	×※1
無症状者		○	×※3	○	○	×※3	○	×※3	×※3	×※1

※1 有症状者への使用は研究中。無症状者への使用は研究を予定している。 ※3 推奨されない

鼻腔は被験者本人採取

※2 (△) 使用可能だが、陰性の場合は臨床像から必要に応じて核酸検出検査や抗原定量検査を行うことが推奨される。陰性の場合は鼻咽頭PCR検査等を実施

# 新型コロナウイルス 身の回りの消毒

参考：新型コロナウイルスに関するQ&A（一般の方向け） | 厚生労働省 (mhlw.go.jp)  
令和4年1月13日版 4.マスク消毒液に関するもの、問3

食器・手すり・ドアノブなど身近な物の消毒には、アルコールよりも、熱水や塩素系漂白剤、及び一部の洗剤が有効です。



**熱水**  
食器や箸などは、80℃の熱水に10分間さらす火傷に注意!!

**塩素系漂白剤**  
(次亜塩素酸ナトリウム)  
濃度 0.05% に薄めた上で、拭くハイター、ブリーチなど

**洗剤**  
有効な界面活性剤が含まれる「家庭用洗剤」  
NITE ウェブサイトで製品リスト公開  
[NITE ウェブサイトで製品リスト公開](https://www.nite.go.jp/)  
[新型コロナウイルスに対する消毒方法の有効性評価について最終報告をとりまとめました。～物品への消毒に活用できます～ | ナイト | 製品評価技術基盤機構 \(nite.go.jp\)](#)

※目や肌への影響があり、取り扱いには十分注意  
※必ず製品の注意事項を確認  
※金属は腐食することがある



## 家庭用洗剤(住宅用・台所用)が、おすすめ!!

- かんたんマイペット
- バスマジックリン
- ショイ 等



相談窓口  
• 健康支援センター  
• 誹謗中傷県相談窓口  
[1 \(pref.shizuoka.jp\)](http://1.pref.shizuoka.jp)

## <塩素系漂白剤の効果>

「次亜塩素酸」の酸化作用などにより、新型コロナウイルスを破壊し、無毒化する。

## 【塩素系漂白剤使用時の注意】

- 換気
- 家事用手袋を着用
- 他の薬品と混ぜない
- 商品パッケージや HP の説明をご確認ください



次亜塩素酸ナトリウム消毒液の作り方

塩素濃度 5~6%の塩素系漂白剤ハイター・キッチンハイター等

※購入から月日の経過で濃度が低下するので注意



	5%塩素系漂白剤*	ペットボトル水	塩素濃度		消毒する場所
新型コロナウイルス	ペットボトルキャップ 1杯 約 5mL	水 500mL 約 100倍	0.05 %	500 Ppm	新型コロナウイルス 触れる部分 ドアノブや手すり 拭いた後、水拭きする。
ノロウイルス	ペットボトルキャップ 2杯 約 10mL	水 500mL 約 50倍	0.1 %	1000 ppm	ノロウイルスの便・吐物 便・吐物の付着した廃棄物を袋内で浸す トイレ清掃
	ペットボトルキャップ 2杯 約 10mL	水 2L 約 200倍	0.02 %	200 ppm	ノロウイルス 触れる部分 ドアノブや手すり、食器等 床等の吐物をタオル等で拭取り、10分後水拭き