

## 咳エチケット

平成 21 年（2009 年）に流行した新型インフルエンザは、幸い病原性が低く、大事には至りませんでした。でも、いつ高病原性の新しいウイルスが出現して流行し始めるかもしれません。

また、従来の季節性インフルエンザについても、本校のような大規模校では、あっという間に感染が広がって大流行になる可能性もあります。

そこで、今回、感染症予防のための基本として「咳エチケット」について話をさせていただきたいと考えています。

平気で人の顔の方を向いて咳やくしやみをする子がいたり、ハンカチを持っていなかったり・・・という様子が気になっています。インフルエンザの感染経路（接触感染・飛沫感染）について知らせることで、手洗いの大切さに気づいてほしいなあというねらいもあります。

また、かぜやインフルエンザにかかっている人がマスクをすると、無意識に鼻や口を触る回数が減って手にウイルスが付くことが減り、結果的に感染を広げる恐れが低くなるそうです。

そんなことも伝えたいと思っています。

どうぞよろしく願いいたします。

「平成 24 年度 今冬のインフルエンザ総合対策について」（厚生労働省）より  
インフルエンザウイルスは患者の咳・くしやみによって気道分泌物の小粒子（飛沫）に含まれて周囲に飛散する。この小粒子（ウイルスではなく）の数については 1 回のくしやみで約 200 万個、咳で約 10 万個といわれている。その際、比較的大きい粒子は患者からおよそ 1～1.5 メートルの距離であれば、直接に周囲の人の呼吸器に侵入してウイルスの感染が起こる（飛沫感染）。また、患者の咳、くしやみ、鼻水などに含まれたウイルスが付着した手で環境中（机・ドアノブ・スイッチなど）を触れた後に、その部位を別の人が触れ、かつその手で自分の眼や口や鼻を触ることによってウイルスの感染が起こる（接触感染）。感染の多くは、この飛沫感染と接触感染によると考えられているが、飛沫核感染（ごく細かい粒子が長い間空気中に浮遊するため、患者と同じ空間にいる人がウイルスを吸入することによって起こる感染）も、状況によっては成立することがあると考えられている。