

今年は、どんな1年でしたか？新型コロナウイルスの影響で変わってしまったこと、我慢しないといけないこともたくさんあったと思います。もうすぐ冬休み。1年の疲れが出て体調を崩してしまわないように、生活リズムを整えて過ごしてくださいね。

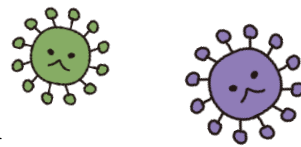


## 新型コロナウイルス感染症の今 ～現時点でわかっていること～

新型コロナウイルスが発見されてから1年が経ちます。はじめは正体不明だったこのウイルスもたくさんの方がわかってきました。現時点でわかっていることや県内の状況を知りましょう。

### 1 新型コロナウイルス感染症の基本的なこと

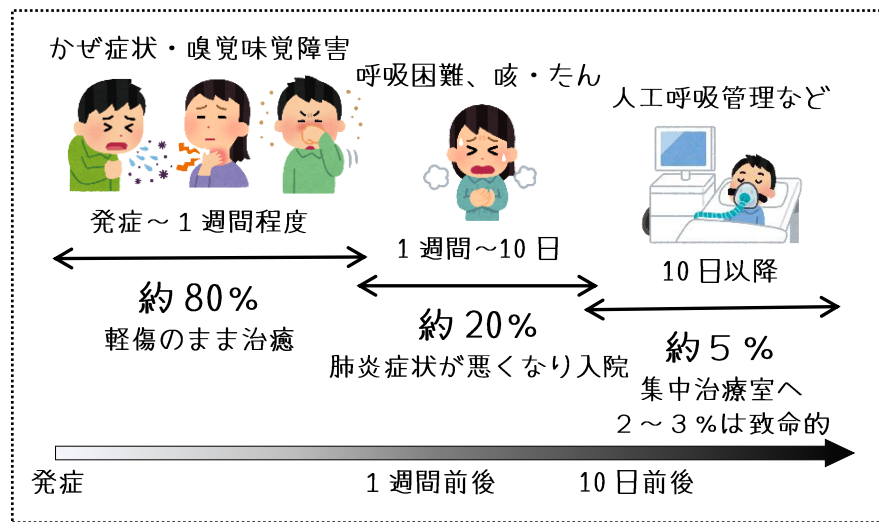
#### ☆ 新型コロナウイルス感染後の典型的な症状と経過



新型コロナウイルスに感染すると下図のような症状の経過をたどります。

新型コロナウイルス感染症の初期症状は風邪やインフルエンザと似ていますが、「息切れ」「嗅覚障害・味覚障害」は新型コロナの特徴的な症状です。新型コロナは症状が長く続くという特徴もあります。

また、感染しても無症状の人が一定の割合で存在し、重症化する事例では、発症から1週間前後で肺炎の症状が強くなります。



#### ☆ 後遺症について

回復した後も、だるさや呼吸が苦しい、関節痛、頭痛など何らかの「後遺症」の症状が続く人が多いと言われています。しかし、まだわからないことが多く、後遺症に関する研究が進められています。

### 2 感染対策

◎新型コロナウイルスは様々な環境内でしばらく生存します。

- ・エアロゾル内で3時間
- ・銅の表面で4時間
- ・段ボール表面で24時間
- ・プラスチック、ステンレス表面では2～3日

#### ☆ 接触感染対策

不特定多数の人が頻りに触れる場所は不潔と考える。



汚染面に触れるのは避けられませんが...

目・鼻・口に触る前に  
手洗い、手指消毒!!

#### ☆ 飛沫感染対策

1m以上の距離・  
マスクは感染  
リスクを8割以上減少させる



ユニバーサルマスクを  
徹底!!

#### ☆ 空気感染対策

空気感染の  
関与がどの  
くらいあるか、  
まだ十分わか  
っていませんが...



換気をよくする!!

### 3 茨城県内の状況 (12月14日時点)

※詳細は県ホームページ 新型コロナウイルス感染症に関する情報を確認してください。

#### ☆ 茨城版コロナ Next 対策 Stage

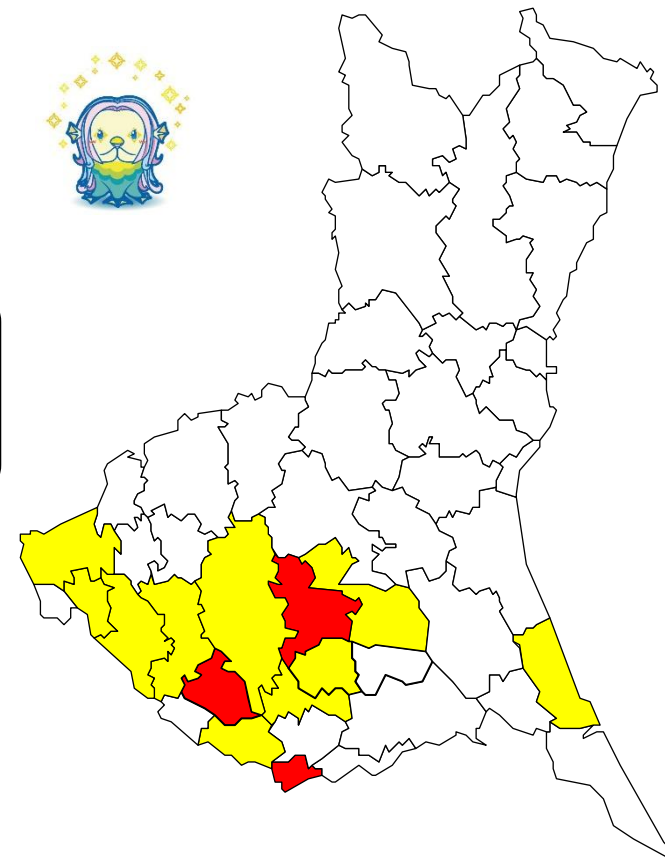
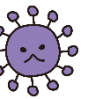
11月11日から『Stage3』へ強化しています。



| Stage 4            | Stage 3     | Stage 2          | Stage 1      |
|--------------------|-------------|------------------|--------------|
| 感染爆発・医療崩壊のリスクが高い状態 | 感染が拡大している状態 | 感染がおおむね抑制できている状態 | 感染が抑制できている状態 |

現在は Stage 3 ですが、Stage 4 に上がると国の対応状況に応じて、自粛要請の可能性がります。

#### ☆ 特に感染が拡大している地域



#### 感染拡大市町村

<12/13まで>

土浦市、古河市、取手市、牛久市  
つくば市、鹿嶋市、坂東市  
かすみぐら市、つくばみらい市  
阿見町、境町、常総市

↓↓↓

<12/14～>

土浦市、つくばみらい市、利根町

※国の指標（陽性者数）が Stage III 以上に相当する市町村が「感染拡大市町村」と位置づけられています。

◎感染拡大市町村は減っていますが、病床稼働率は高い状態が続いています。みなさんの感染拡大防止行動がとても重要であることに変わりはありません。