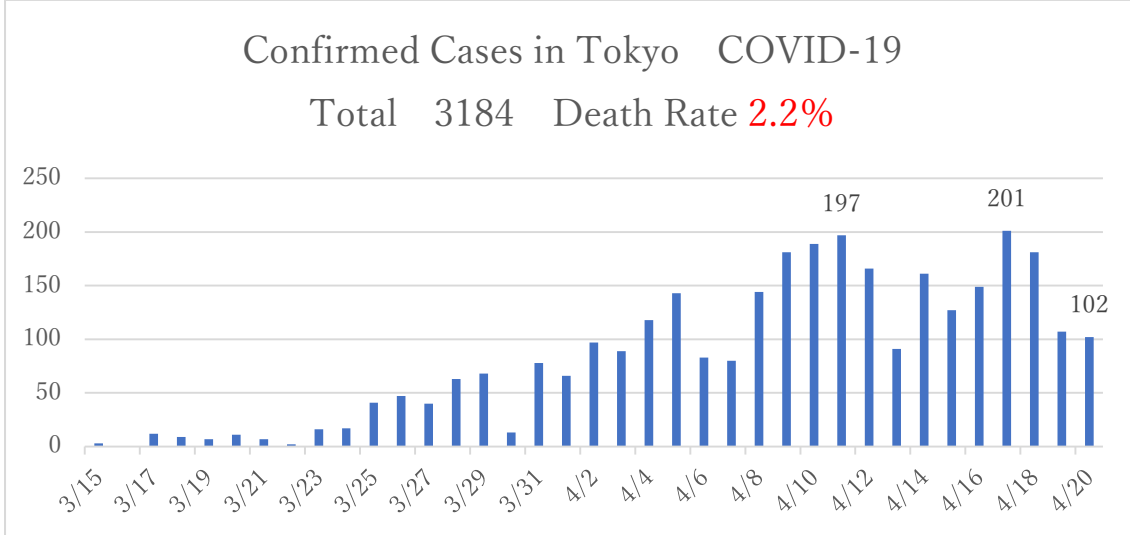


शेयर बाट COVID-19 को बारेमा जानकारी बहुभाषी संस्करण No. 3 2020.04.30

1. टोकियोमा नयाँ कोरोना भाइरस संक्रमणको अवस्था
 - टोकियोमा नयाँ सकारात्मक बिरामीहरूको संख्या 4/20



2. स्वास्थ्य, श्रम र कल्याण मन्त्रालय (the Ministry of Health, Labor and Welfare) द्वारा कार्यान्वयन गरिएको प्रथम 「नयाँ प्रकारको कोरोना रोकथामको उपायहरूको लागि राष्ट्रव्यापी सर्वेक्षण」

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_10798.html

- यस सर्वेक्षणका प्रश्नहरूमा, शारीरिक अवस्था (सामान्य, 37.5 डिग्री वा अधिकको ज्वरो छ, घाँटी दुख्छ, एकदम सुस्त महशूस हुन्छ, खोकी लाग्छ, त्यस बाहेक अन्य अस्वस्थता छ), उमेर, ठेगाना (पोस्टल कोड नम्बर), लिंग ईत्यादि हुन्छन।
- यस सर्वेक्षणमा 2 करोड 40 लाख व्यक्तिहरूलाई निम्न छ वटा समूहमा विभाजन गरी विश्लेषण गरिएको छ।
 - ① मीचु*¹) बाट टाढा रहन नसकिने वा सामाजिक दूरी कायम गर्न गाह्रो व्यवसाय तथा पेशा (रेस्टुरेन्ट सेवा उद्योग आदि)
 - ② काममा 3 मीचु हुने र सामाजिक दूरी कायम गर्न गाह्रो, तर ब्याक्तिगत रूपमा संक्रामक रोगको रोकथामको उपायहरू थाहा हुने पेशा (चिकित्सा सम्बन्धीत कार्यकर्ताहरू ईत्यादी)
 - ③ 3 मीचु बाट टाढा रहने वा सामाजिक दूरी कायम राख्न अपनाईएका व्यवसाय तथा पेशा (घरमा बसेर कार्यालयका काम गर्ने कर्मचारीहरू ईत्यादी)
 - ④ साधारणतया 3 मीचु अन्तर्गत वा सामाजिक दूरी कायम राख्न नसक्ने व्यवसाय, तर एक निश्चित अवधि बन्द गर्ने मापदण्ड अपनाईएका छन (शिक्षक, शिक्षण पेशा, विद्यार्थी)
 - ⑤ बाहिर जान कम गर्ने सर्तमा ब्यक्तिगत रूपमा 3 मीचु बाट टाढा रहन वा सामाजिक दूरी कायम राख्न अपेक्षाकृत सजिलो (उदाहरणका लागि गृहिणी (श्रीमान) आदि)
 - ⑥ अन्य

*1) "3 मीचु" भन्नुको अर्थ बन्द, भिड र नजिक हो। अंग्रेजीमा 3 Cs (Closed spaces, Close proximity to others, and Close conversation) भनिन्छ।

(परिणाम 1)

- 3 मीचु*1बाट टाढा रहन नसकिने वा सामाजिक दूरी कायम गर्न गाह्रो व्यवसाय तथा पेशा (रेस्टुरेन्ट सेवा उद्योग आदि) मा अन्य समूहहरूको तुलनामा ज्वरो आउनेहरू तुलनात्मक रूपमा उच्च प्रतिशत (0.23 %) भएको कुरा देश भरि नै मानियो।

(परिणाम 2)

- हाल सबभन्दा बढी नयाँ प्रकारको कोरोना भाइरस बाट संक्रमित संख्या भएको टोकियोमा ज्वरो आउनेहरूको संख्या उच्च प्रतिशतमा

देखियो। (0.38%)

(आपातकालीन स्थितिको धोषणा अनुसार आवश्यक प्रतिक्रिया)

- समूह ⑤ (गृहिणी (श्रीमान) आदि)का व्यक्तिहरुमा अरु समूहहरुको तुलनामा देश भरि नै ज्वरो आउने प्रतिशत कम देखियो। तुरुन्तै आवश्यक नभएमा बाहिर निस्कन कम गर्नु, नयाँ प्रकारको कोरोना भाइरसको संक्रमण बाट बच्न अत्यन्त जरुरी छ।
- समूह ① (रेस्टुरेन्ट, सेवा उद्योग आदि)मा, क्षेत्र क्षेत्रमा नै नयाँ प्रकारको कोरोना भाइरसको संक्रमणको डर हुंदा, संक्रमण हुने सबभन्दा बढी सम्भावना छ। 3 मीचु बाट टाढा रहेर सामाजिक दूरी कायम हुने काम गर्ने तरिका तुरुन्तै अपनाउनु आवश्यक छ।
- समूह ② (चिकित्सा सम्बन्धीत कार्यकर्ताहरु ईत्यादी) तथा समूह ③ (घरमा बसेर कार्यालयका काम गर्ने कर्मचारीहरु ईत्यादी) मा, स्थानीय संक्रमण हुने जोखिमको साथमा व्यायाम गरेर ज्वरो बढ्ने सम्भावना छ। कठिन चरणमा पुगे पनि काम गर्न बाध्य हुने व्यवसाय तथा पेशा (चिकित्सा आदि) मा संक्रमणको जोखिम प्रबन्ध गर्ने कार्यहरु आवश्यक छन्।
- समूह ④ (उदाहरण: शिक्षक, शिक्षण पेशा, विद्यार्थी)को सम्बन्धमा सम्बन्धित निकायहरु (स्कूल, कालेज आदि) बन्द हुने भएकोले सामाजिक दूरी कायम राख्न सक्ने स्थितिमा छ। 3 मीचु बाट बच्ने उपाय अपनाईएको कक्षा, ICT प्रयोग गरी टाढा बसेर दिईने शिक्षा, तापक्रम मापन जस्ता शारीरिक स्थिति व्यवस्थापन मार्फत जोखिम व्यवस्थापनको तयारी गर्नु आवश्यक छ।

3. नयाँ कोरोना भाइरस संक्रमण महामारीको अनुमान गरिएको थियो ???

- नयाँ कोरोनाभाइरस संक्रमण तथा इबोला रक्तस्राव ज्वरो ईत्यादी लाई विकसित हुने संक्रामक रोग (emerging infection) भनिन्छ। WHO को परिभाषा अनुसार 「यो नयाँ पत्ता लाग्यो वा नयाँ महामारी फैलियो, वा पहिले पनी फैलिएको थियो, तर हाल फेरी स्थानीय, भेक्टर वा लक्षित व्यक्तिको दायरा भित्र बढ्ने घटना (अस्थायी अनुवाद) 」 भएकोले 1990 दशक देखि ध्यान आकर्षण गर्दै आएको थियो, तर विशेष गरी हालसालैका वर्षहरुमा यो बढ्दै आएर विश्वव्यापी विषय बनेको छ। एभिएन इन्फ्लूएन्जा, SARS (सख्त तीव्र श्वसन संक्रमण) र MERS (मध्य पूर्व रेसिपेरेटरी सिन्ड्रोम) पनि विकसित हुने संक्रामक रोग हो।
- यी विकसित हुने संक्रामक रोगहरुको महामारीलाई प्रतिक्रिया दिन WHO ले 2005 सालमा विश्व स्वास्थ्य नियमहरु संशोधन गरी आपतकालिन घोषणा (PHEIC: PUBLIC HEALTH EMERGENCY OF INTERNATIONAL CONCERN) को चार मापदण्ड (criteria) स्थापित गरियो।
 - ① के त्यस घटनाले उच्च सार्वजनिक स्वास्थ्य प्रभाव पार्छ जस्तो देखिन्छ?
 - ② असामान्य वा अप्रत्याशित हो?
 - ③ के यो अन्तर्राष्ट्रिय रुपमा फैलिने सम्भावना छ?
 - ④ के यात्रा वा व्यापारमा प्रतिबन्ध लगाउनु आवश्यकता छ?

4 वटा मध्य 2 वटा मापदण्ड पूरा भएमा हरेक राष्ट्रले WHO लाई सूचना दिनु आवश्यक छ। यो सूचना पाए पछि WHO द्वारा आपतकालीन स्थिति धोषणा गर्ने वा नगर्ने निर्णय गरिन्छ।

(यस पटकको नयाँ कोरोना संक्रमण को बारे मा अप्रत्याशित कुराहरु)

- विश्वव्यापी रुपमा, नयाँ कोरोना भाइरस संक्रमण जस्तो महामारी सम्बन्धी नीति (strategy), उपाय र विशिष्ट कार्य योजनाहरु बनाईएको थियो। तर नयाँ प्रकारको कोरोना भाइरस यी उपायहरु भन्दा पनी माथिको क्षमता भएको भन्न सकिन्छ।
- लक्षण देखा नपर्ने संक्रमित व्यक्तिहरु अनुमान भन्दा बढी भएको उदाहरणमा दिन सकिन्छ। साधारणतया संक्रमण रोगहरु लक्षण देखा परे पछि मानिसलाई सर्ने हुन्छ तथा लक्षण देखा परेका वा संक्रमित व्यक्तिहरुको शरीर बाट निस्कने रयाल, पसिना, सिंगान ईत्यादी छोएमा सर्ने हुन्छ।
- अहिले सम्म, विकासोन्मुख देशहरुमा संक्रमणको महामारी रोक्ने उपाय, अपर्याप्त चिकित्सा प्रणाली भएका देशहरुको लागि सहयोग, विकसित देशहरुमा फैलिन बाट रोक्ने, जस्ता मुख्य नीति नियमहरु थियो, तर यसपाली जस्तो पहिले विकसित देशहरुमा संक्रमण महामारी हुने अनुमान गर्न सकिएन।

जिम्मेवारी: टोमाचु नाकासा, शेयर संयुक्त प्रतिनिधि, MD

◆ ज्वरो तथा खोकी जस्ता लक्षणहरु देखा परेमा गर्नु पर्ने कुराहरु

- 1) 37.5 डिग्री भन्दा बढी ज्वरो आएमा तुरुन्तै डाक्टर कहा जाँच गर्न नगई घरमा नै साधारण उपचार गरेर अवस्था हेर्ने ।
- 2) अनिवार्य नभएको काममा जाने ईत्यादी समेत बाहिर जान कम गर्ने ।
- 3) शरीर एकदम शुस्त वा थाकेको अनुभव भएमा, श्वास फेर्ने गाह्रो अनुभव भएमा, पिसाव ननिस्किएमा तुरुन्तै विदेशवाट फर्किएका या संक्रमित संग हेलमेल भएका व्यक्तिहरुको परामर्श सेन्टरमा सल्लाह गर्ने ।
▶https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/covid19-kikokusyase_ssyokusya.html
- 4) वृद्धहरु, अन्तर्निहित रोग भएकाहरु, गर्भवती तथा सुत्केरीहरु महिलाहरुमा 2 दिन भन्दा बढी लक्षण कम भएन भने विदेशवाट फर्किएका या संक्रमित संग हेलमेल भएका व्यक्तिहरुको परामर्श सेन्टरमा सल्लाह गर्ने ।
- 5) 4 दिन भन्दा बढी लक्षण कम भएन भने विदेशवाट फर्किएका या संक्रमित संग हेलमेल भएका व्यक्तिहरुको परामर्श सेन्टरमा सल्लाह गर्ने ।

◆ उपायहरु

- 1) हावा खुल्ला नभएको बन्द तथा गुम्म परेका ठाउँहरुमा (बन्द स्थानमा) नजाने वा नबस्ने ।
- 2) धेरै मानिसहरु जम्मा हुने भिड हुने ठाउँहरुमा नजाने ।



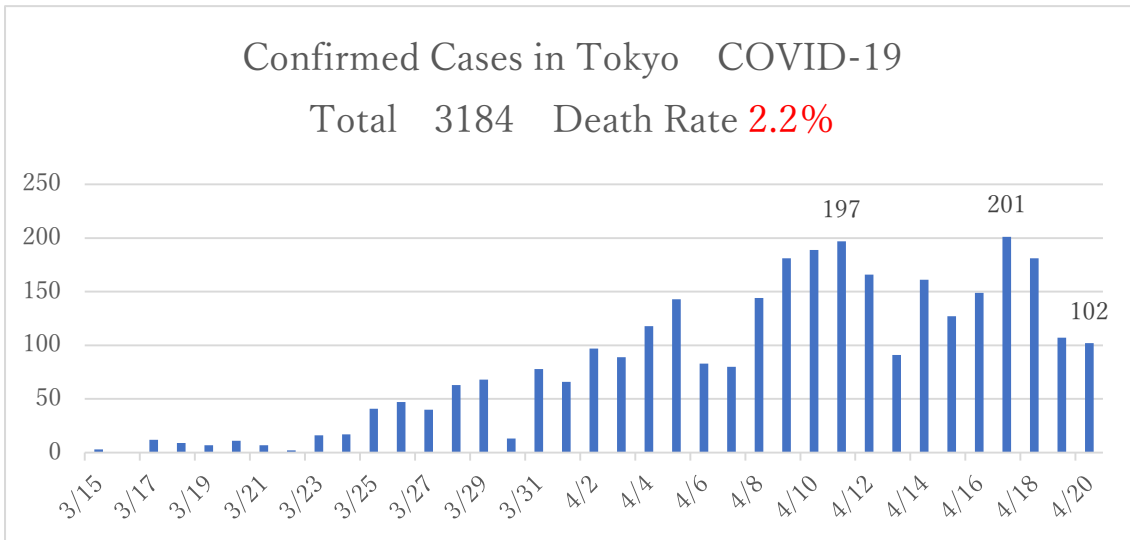
新型コロナウイルス感染下における
外国にルーツがある人々への支援活動応援助成
三菱財団 × 中央共同募金会



(公財) ウェスレー財団
Wesley Foundation
支援金事業

1. 東京における新型コロナウイルス感染症状況

- ・東京都における新規陽性患者数 4/20



2. 厚生労働省が実施した第1回「新型コロナ対策のための全国調査」

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_10798.html

- ・本調査における質問項目は、体調（普段通り、37.5度以上発熱がある、のどの痛みがある、強いだるさがある、せきがある、それ以外の不調あり）、年齢、住所（郵便番号）、性別等である。
- ・本調査は、回答者2400万人を、以下の6つのグループに分け、分析したものである。
 - ① 3密^{*1}回避や社会的距離の確保が難しいと思われる職業・職種（飲食店サービス業など）
 - ② 業務の中で3密が発生し、社会的距離の確保も困難だが、個人として感染症対策を知っている職種（医療職など）
 - ③ 3密回避や社会的距離対策の一定の導入が進んでいる職業・職種（在宅勤務のオフィスワーカーなど）
 - ④ 通常3密、社会的距離の確保が難しい環境下だが、休校措置などで一定期間対策はなされている（教職員、学生・生徒）
 - ⑤ 外出自粛条件下で、個人での3密回避や社会的距離対策が比較的容易（例：専業主婦（夫）など）
 - ⑥ その他

*1)“3密”とは、密閉、密集、密接の事を言う。英語では、3Cs（Closed spaces, Close proximity to others, and Close conversation）と表現する。

（結果1）

- ・3密回避や社会的距離の確保が難しいと思われる職業・職種（飲食店サービス業など）において、他のグループと比較し、発熱者の割合が比較的に高い傾向（0.23%）が全国的に認められた。

（結果2）

- ・現在最も新型コロナウイルス感染症者数の多い東京都において、最も発熱者数の割合は多かった。（0.38%）

（緊急事態宣言に伴い求められる対応）

- ・グループ⑤（専業主婦（夫）など）は、他のグループと比較して、全国的に低い発熱率だった。「不要不急の外出を避けること」が、新型コロナウイルスの感染リスクを避ける上で重要である。
- ・グループ①（飲食店、対人サービス業など）は、地域レベルで新型コロナウイルスの感染リスクが上がった

ときに、最も感染しやすい可能性がある。3密を避け、社会的距離を管理できる働き方に調整することが直ちに必要である。

- ・ グループ②（医療職など）および③（在宅勤務のオフィスワーカー）では、地域の感染リスクと連動して発熱率が上昇する可能性がある。重大な局面に至っても働かざるを得ない職業・職種（医療など）には、感染リスクを管理するための対応が必要である
- ・ グループ④（例：教職員、学生・生徒）については、休校措置がとられているため、現状はある程度社会的距離が管理された状況である。3密を回避した対面授業の工夫、ICTを活用した遠隔教育、検温などの体調管理を通じたリスク管理の導入を準備する必要がある。

3. 新型コロナウイルス感染症流行は予想されていた???

- ・ 新型コロナウイルス感染症やエボラ出血熱などは、新興感染症と呼ばれる。WHO の定義では、「新しく認識された、または新しく流行した、もしくは以前発生したが新たに地域的、媒介動物、対象の人の範囲での増加がみられる事象（仮訳）」であり、1990年代から、注目されていたが、特に近年、増加しており、世界的課題となっている。鳥インフルエンザ、SARS（重症急性呼吸器感染症）、MERS（中東呼吸器症候群）も新興感染症である。
- ・ これらの新興感染症の流行に対応するために、WHO は 2005 年に世界保健規則を改訂し、緊急事態宣言（PHEIC: PUBLIC HEALTH EMERGENCY OF INTERNATIONAL CONCERN）の4つの判断基準（クライテリア）を設けた。
 - ① そのイベントの公衆衛生的な効果（インパクト）が高そうか？
 - ② 通常でないものか想定を超えるものか？
 - ③ 国際的に広まる可能性があるか？
 - ④ 旅行や貿易制限が必要になるか？4つの中で2つの判断基準を満たす場合には各国は WHO に報告する必要があり、これを受けて、WHO は、緊急事態宣言をするか決定する。

（今回の新型コロナ感染症の想定外だったこと）

- ・ 世界的には、新コロナウイルス感染症のような新興感染症流行に対しての戦略、対策、具体的な行動計画は作られていたが、新型コロナウイルスは、これらの対策を上回る能力を持っていたといえる。
- ・ 無症状の感染者が予想以上に多かったことが挙げられる。通常、感染症は症状が出てから、ヒトに感染するものであり、症状のある人や感染者の体液等に触れることにより、感染する。
- ・ これまでは、途上国での感染の流行拡大を抑える視点での対策であり、医療体制が不十分である国への支援、先進国への拡大を防ぐというのが主な戦略だったが、今回のように先に、先進国での感染爆発が広がることは予想できなかった。

文責：Tamotsu Nakasa, SHARE 共同代表, MD

◆ 感冒用症状があった場合の対応

- 1) 37.5 度以上の熱がある場合には、早期の受診を控え**自宅療養**する。
- 2) **不用意な出勤等の外出を避ける。**
- 3) 倦怠感が強く、呼吸が苦しい、尿が出ない場合には、すぐに帰国者・接触者相談センターに相談する
▶https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/covid19-kikokusyasessyokusya.html
- 4) 高齢者、基礎疾患がある人、妊産婦は、2 日間症状が続いたら、帰国者・接触者相談センターに相談する
- 5) 症状が 4 日以上続いたら、帰国者・接触者相談センターに相談する

◆ 対策

- 1) 密閉された換気の悪い場所（密閉空間）を避ける。
- 2) 多数が集まる密集場所を避ける。
- 3) 間近で会話や発生をする密接場面をさける。