

### 【意見】

コロナウイルスの感染拡大は落ち着いてきましたがまだ予断を許さない状況です。第2波も懸念されていてその予防策も急務となっております。そのための方策として住民に鼻呼吸をおこなうようポスターやHP、CMなどで呼び掛けてほしいです。口呼吸をしていると空気が直接のどの中に入り込むため鼻呼吸に比べて数倍感染リスクがあります。逆に感染者が口呼吸をする場合でもウイルスがまかれる量は数倍になり周囲の感染リスクが高まります。日本人は大人が7割、子供が8割口呼吸をしていると言われています。もし、日本人が全員口呼吸から鼻呼吸に変えれば感染ペースは格段に低くなると思います。実際、千葉県四街道市、山口県山陽小野田市などではコロナ対策として鼻呼吸を推奨しております。

男性30代：市内在住

### 【回答】

新型コロナウイルス感染症の感染状況は、少しずつ収まりを見せ、落ち着きを取り戻しつつあります。市民の皆様の、手洗いの励行、3密（密着、密接、密集）を避ける、マスクの着用、うがい、体調管理の実施、群馬県「社会経済活動再開に向けたガイドライン」に沿った一人ひとりの取り組みがなされていることが感染拡大防止に結びついているものと考えております。

2020年6月15日付け日本感染症学会及び日本環境感染学会からの一般市民向け、「第一波を乗り越えて、いま私たちに求められる理解と行動」が発出され、参考にしながら、県や関係機関等と連携し感染拡大防止に向け対応してまいります。

さて、ご案内いただきました、千葉県四街道市、山口県山陽小野田市のホームページを確認させていただきました。健康課におきましては、インフルエンザウイルス対策などにおいて、高齢者を対象にした運動教室等で、口腔ケアの中で鼻呼吸やあいうべ体操等を実施しております。口腔ケアがインフルエンザ発症率の低下につながることは、2003年～2004年の65歳以上の在宅療養高齢者190人を対象にした調査で明らかになっております。口と鼻を健やかな状態に保つことで体の免疫力を維持することができるとも言われています。新型コロナウイルスの特徴は、まだ、明確になっていないことも多いのが実情であります。いただいたご意見を、今後の事業実施にあたり参考にさせていただきます。引き続き、皆様のご協力を頂きながら感染拡大防止に向けて総合的な取組を進めてまいります。ご意見ありがとうございました。

担当：健康福祉部健康課予防係