

一人一人の意識で

新型コロナウイルス感染症を予防しよう

新型コロナウイルスの感染を予防するためには

手洗いやマスクの着用など継続した予防対策が必要です。

感染の疑いがある場合は、相談窓口にご相談するほか

自宅では適切な対応をとりましょう。

感染の症状や疑いがある場合は

次のいずれかの症状がある場合や感染が疑われる場合は、帰国者・接触者相談センターに相談しましょう。

● 37・5℃以上の発熱が4日以上続いている

● 強いだるさや息苦しさがある

※ 感染した場合の症状として、嗅覚障害や味覚障害も報告されています。

感染が疑われる場合の家庭での八つの注意点

感染した人や感染が疑われる人が家庭内にいる場合、次の八つの点に注意しましょう。

① 部屋を分けましょう

居住場所は個室にし、食事や寝る場所も分けましょう。

部屋を分けられない場合は、

少なくとも2m以上の距離を保ったり、仕切りやカーテンなどを設置したりして分けるようにしましょう。トイレや浴室など共有スペースの利用は、最小限にしましょう。

② 感染者の世話は限られた人が行いましょう

心臓や肺、腎臓に持病のある人、糖尿病や免疫が低下した人、妊婦などが感染者の世話をすることは避けましょう。

③ マスクを着けましょう

飛沫による感染を防ぐためマスクを着用し、使用したマスクは、ほかの部屋に持ち出さないようにしましょう。マスクの表面には触れないようにし、外す

場合はゴムやひもをつまむようにしましょう。

④ 小まめに手を洗いましょう

食事の前後やマスクを外した後などに手を洗い、アルコール消毒をしましょう。洗っていない手で顔を触らないようにしましょう。

⑤ 換気をしましょう

定期的に部屋の換気をしましょう。共有部分やほかの部屋も換気をしましょう。

⑥ 手で触れる共有部分は消毒しましょう

ドアの取っ手などは、薄めた市販の家庭用塩素系漂白剤で拭いた後、水拭きしましょう。

家庭用塩素系漂白剤は、主成分が次亜塩素酸ナトリウムであることを確認し、使用量の目安に従い薄めて使用してください。目安となる濃度は0・05%で、漂白剤の濃度が6%の場合は、水3リットルに対して漂白剤が25ミリリットルです。

⑦ 汚れた衣服、シーツなどは洗濯しましょう

汚れた衣服やシーツなどを感じる場合は、手袋とマスクを着け、一般的な家庭用洗剤で洗濯して完全に乾かす。

⑧ ゴミは密閉して捨てましょう

使用済みのマスクや鼻をかんだティッシュなどは、すぐにビニール袋に入れ、室外に出すときは密閉して捨てましょう。

感染者の家族への対応

感染者の家族には保健所からスプレー式の消毒用アルコールが配布されます。

問い合わせ先

健康管理課予防班

☎ 63・8766

新型コロナウイルス感染症相談窓口

● 帰国者・接触者相談センター(月～金曜日 午前9時～午後5時)

☎ 0479-72-1281 (八日市場地域保健センター内)

● 千葉県コールセンター(毎日24時間対応)

☎ 0570-200613

● 厚生労働省コールセンター(毎日 午前9時～午後9時)

☎ 0120-565653

新型コロナウイルス感染症に関する人権に配慮しましょう

新型コロナウイルス感染症に関連した情報で、特定の人や医療従事者とその家族などの人権侵害につながるかもしれないよう、正しい情報に基づき冷静な対応をしましょう。差別やいじめなどを受けた場合は、一人で悩まず相談してください。

人権相談窓口

● みんなの人権110番(月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分)

☎ 0570-003110

● 子どもの人権110番(月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分)

☎ 0120-007110

● 外国語人権相談ダイヤル(月～金曜日 午前9時～午後5時)

☎ 0570-090911



市民の皆様へ

市長 明智 忠直

新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため、市民の皆様には大変ご不便をおかけし、不安な毎日を過ごされていることと思います。

全国的に新型コロナウイルスの感染が拡大する中、市内においても新型コロナウイルスの感染者が複数人確認されています。感染された方には県や専門家の指導により適切な措置が行われており、一日も早くご回復されるよう祈っております。

市では市民の皆様の生命と健康の安全を確保するため、新型コロナウイルス感染症対策本部を設置し、さまざまな感染防止策を講じているところであります。

市民の皆様には感染者やその家族について、個人の詮索や誹

謗中傷、差別などのないよう努めていただき、国や県、市が発信する正確な情報に基づいて冷静な対応をお願いいたします。

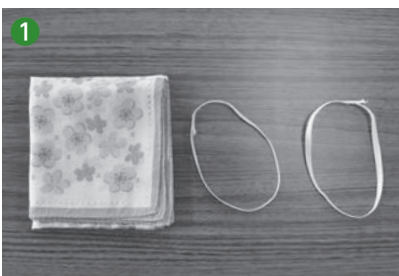
千葉県に緊急事態宣言が発令され、市も今が感染拡大を食い止める正念場であると考えております。この難局を市民の皆様と共に乗り越えるためにも、不要不急の外出や「換気の悪い密閉空間」「多くの人が集まる密集場所」「近距离で会話が行われる密接場面」という三つの条件を避けていただいた上で、手洗いや咳エチケットの励行を心掛けていただきたいと思います。

市といたしましても関係機関との連携をさらに強化し、感染拡大防止に取り組んでまいりますので、引き続きご協力をお願いいたします。

簡単 すぐに作れる

ハンカチマスクの作り方

使い捨てマスクがない場合は手作りマスクやガーゼマスクなどで口を塞ぐことで、くしゃみや咳による飛沫を防ぐことができます。



用意するもの
ハンカチかバンダナ
ゴムか伸縮包帯など



ハンカチを半分に折る



さらに半分に折る



顔の大きさに合わせてハンカチの両側にゴムを通す



ゴムの部分から内側に折り、片方を織り込んだ部分に入れる



試着して口と鼻を覆えるように調節する