

## 新型コロナウイルス感染症について

### ■新型コロナウイルス感染症とは？

令和元年 12 月に中華人民共和国湖北省で発生が報告された新型コロナウイルス (COVID-19) に関連する呼吸器感染症です。咳や発熱等の症状や、肺炎の発生が報告されています。飛沫感染や接触感染で感染が広まると考えられています。

### ■2週間以内に湖北省・浙江省への滞在歴がある方、またはそれらの方と接触された方は、 次の点に注意してください。

- 咳や発熱等の症状がある場合は、事前に保健所へ連絡をしてください。
- 保健所の指示に従い、マスクをつけて医療機関を受診してください。
- 受診にあたっては、湖北省・浙江省への滞在歴があることや、滞在歴がある方と接触したことを申し出てください。

### ■一人ひとりの感染予防と拡大防止が大切です

#### 個人が行う予防対策

- 外から帰ったら手洗い・うがいに努める。
- アルコール消毒を使って手や指を消毒する
- 人が多く集まる場所に行かない
- 室内の適度な湿度、換気に努める。
- 規則正しい生活を送り、休養を十分にとる。
- バランスのとれた食事と適切な水分の補給に気をつける



#### 「咳エチケット」による感染拡大の防止対策

- 咳、くしゃみの症状があるときはマスクをする
- マスクがないときは、咳、くしゃみをするときは口と鼻をティッシュや袖などで覆う

### 新型コロナウイルスについての多言語の情報 (やさしい日本語・英語)

<http://www.clair.or.jp/tabunka/portal/info/contents/114517.php>

### 新型コロナウイルスについての電話相談を受け付けています

電話番号	受付日時	曜日	時 分 ~ 時 分
対応言語	英語・スペイン語・ポルトガル語・中国語・韓国／朝鮮語・タガログ語・ベトナム語 ・インドネシア語・タイ語・ドイツ語・フランス語・ロシア語・ネパール語・ミャンマー語		

問合せ先

# 手を洗いましょう。

石鹸を泡立て、以下の手順で洗きましょう。

<p><b>手洗い前の準備</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆爪は短く切っていますか？</li> <li>◆時計や指輪をはずしていますか？</li> </ul> <p>Check!</p> 		<p><b>汚れが残りやすいところ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆指先</li> <li>◆指の間</li> <li>◆親指の周り</li> <li>◆手首</li> <li>◆手のしわ</li> </ul>
<p>(1) 石鹸を泡立て、手のひらをよくこする</p>	<p>(2) 手の甲をのばすようにこする</p>	
		
<p>(3) 指先・ツメの間を念入りにこする</p>	<p>(4) 指の間を洗う</p>	
		
<p>(5) 親指と手のひらをねじり洗いする</p>	<p>(6) 手首も忘れずに洗う</p>	
		
<p>石鹸を洗い流し、清潔なタオルで拭き取って乾かす</p>		