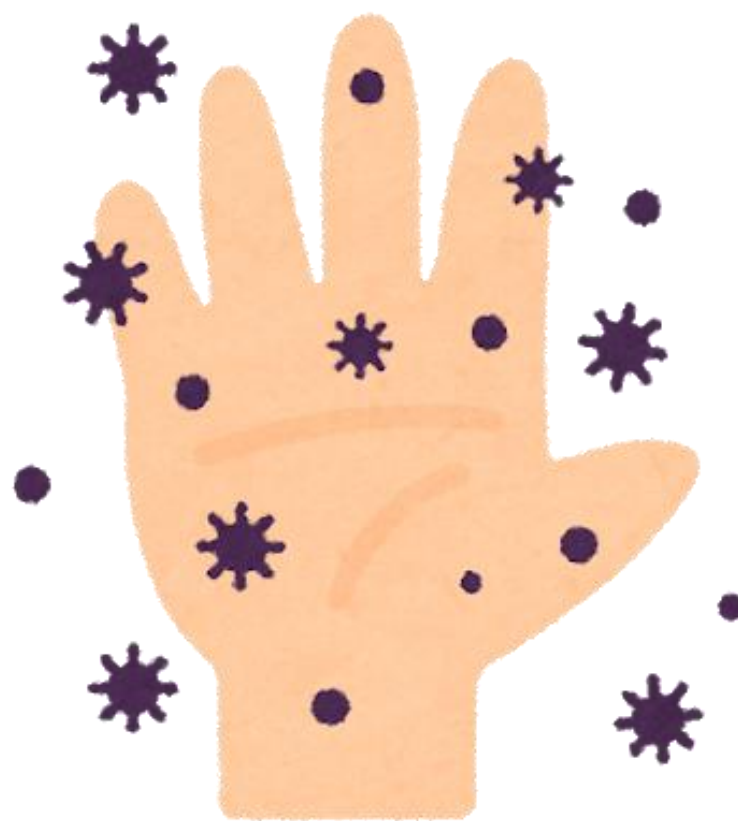


新型コロナウイルスの感染リスク



せき・くしゃみの
しぶきに含まれる
ウイルスを吸い込む

手指についたウイルス
が目・鼻から入る



他の人への感染予防



せき・くしゃみ
エチケット



体調が悪いときは
会社や学校へ行かず、
自宅で休む
人混みに行かない

感染予防



石鹸で洗う 手指を消毒 よくさわる物を
清潔にする

換気の悪い場所で長時間すごさない
健康管理の基本は栄養・睡眠・運動

こんな症状があるときは、もよりの帰国者・接触者相談センター(福岡市早良区の場合は保健福祉センター：092-851-6012)へご相談ください。

- ・風邪の症状や37.5度以上の発熱が「4日以上」続いている方
(解熱剤を飲み続けなければならないときを含む)
- ※高齢者や基礎疾患がある人は「2日程度」続いている方
- ・強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある

自宅で過ごす時・看病する時の工夫

＜体調が悪い人＞ 症状があるとき

- ・ 個室で休みましょう
- ・ 食事は他の人と別の場所・別の時間にしましょう
- ・ 他の人といるときはマスクをつけましょう
- ・ 使ったティッシュはゴミ箱に捨てましょう
- ・ タオルやコップは自分専用のものを使いましょう
- ・ お風呂は最後に入りましょう
- ・ 症状が辛いときは帰国者・接触者相談センターに連絡をしましょう



＜看病する人＞ 症状のある人のお世話をする場合

- ・ 看病を担当する人を一人決め、他の人は接触しないようにしましょう
- ・ 近くで話をしたりお世話をするときはマスクをつけましょう
- ・ 嘔吐物を片付ける時、体液や排泄物がついた衣類を洗うときは手袋をつけましょう
- ・ 看病の後には手を洗いましょう
- ・ 皆がよくさわる場所の掃除・消毒をしましょう
- ・ 看病をした人の体調が悪くなったときは、
帰国者・接触者相談センターへ連絡・相談をしましょう



よくある質問

Q. シーツや衣類、食器はわけて洗ったほうがいいですか？

A. いつもと同じ洗い方で大丈夫です。分ける必要はありません。最後に手を洗いましょう。

Q. ゴミは特別な捨て方をしたほうがいいですか？

A. いつもと同じです。使用済みのティッシュ・手袋・マスクなどは他の人が触れないようビニール袋に入れて捨てましょう。
ゴミをまとめた後は手を洗いましょう。

掃除と消毒

皆がよく触る場所：テーブルの上、ドアノブ、スイッチ、流しレバーなど

「水と洗剤」使い捨てペーパー布を使ってふきとり掃除をします

消毒剤を使う場合は、「消毒用エタノール」、または「次亜塩素酸ナトリウム」（製品の説明書にある濃度に薄めたもの）を使い捨てペーパーや布で拭き取り消毒をします。

自宅で休養中に、急に体調が悪くなったときは、平日日中は、もよりの帰国者・接触者相談センター(福岡市早良区の場合は保健福祉センター：092-851-6012)へ、また、夜間休日は、夜間休日緊急連絡番号（福岡県：092-471-0264、福岡市：092-761-7361）へご連絡ください。