

新冠町新型コロナウイルス感染症対策本部より

## 【新型コロナウイルスに関して】

道内においても新型コロナウイルスの感染が広がっております。  
体調管理に努め、体調の変化に対し適切に対処しましょう。

### 体調にお変わりないですか？

#### 【お変わりない場合】

**感染症対策に努めましょう。**

ウイルスは、**口・鼻等から感染**します。  
必要以上に顔を触らないようにしましょう。

- 手洗い**
- ・石けんで30秒程度、指の間や爪の間等も念入りに洗う。
  - ・洗った後はきれいなタオルで拭きとる。

- 人混みを避ける**
- ・不要・不急な外出は控える。
  - ・やむを得ず外出した際は、帰宅後に必ず手洗いする。

#### 【下記の症状がある場合】

- 「風邪の症状」や「37.5度以上の発熱」が4日以上続く
- 「強いたるさ」や「息苦しさ」がある

※高齢者や妊婦の方、基礎疾患等のある方は、上記の状態が2日程度続く場合

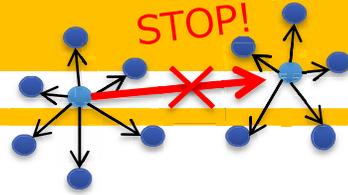
**静内保健所（電話42-0251）に連絡し、  
受診方法等をご相談ください。**

～お問合わせ～

新冠町新型コロナウイルス感染症対策本部

（相談窓口：新冠町役場保健福祉課 電話47-2113）

# 新型コロナウイルスの集団感染を防ぐために



## 感染拡大を防ぐために

国内では、散発的に小規模に複数の患者が発生している例がみられます。この段階では、濃厚接触者を中心に感染経路を追跡調査することにより感染拡大を防ぎます。

今重要なのは、今後の国内での感染の拡大を最小限に抑えるため、

**小規模な患者の集団（クラスター）が次の集団を生み出すことの防止**です。

### <感染経路の特徴>

※「小規模患者クラスター」とは  
感染経路が追えている数人から数十人規模の患者の集団のことです。

- ◆ これまでに国内で感染が明らかになった方のうちの8割の方は、他の人に感染させていません。
- ◆ 一方、**スポーツジム、屋形船、ビュッフェスタイルの会食、雀荘、スキーのゲストハウス、密閉された仮設テント**などでは、**一人の感染者が複数に感染させた事例が報告されています。**

このように、集団感染の共通点は、特に、

**「換気が悪く」、「人が密に集まって過ごすような空間」、「不特定多数の人が接触するおそれが高い場所」**です。

## 国民の皆さまへのお願い

- ◇ **換気が悪く、人が密に集まって過ごすような空間に集団で集まることを避けてください。**
- ◇ イベントを開催する方々は、風通しの悪い空間や、人が至近距離で会話する環境は、感染リスクが高いことから、その規模の大小にかかわらず、その開催の必要性について検討するとともに、開催する場合には、**風通しの悪い空間をなるべく作らない**など、イベントの実施方法を工夫してください。

これらの知見は、今後の疫学情報や研究により変わる可能性があります。現時点で最善と考えられる注意事項をまとめたものです。

厚生労働省では、クラスターが発生した自治体と連携して、クラスター発生の早期探知、専門家チームの派遣、データの収集分析と対応策の検討などを行っていくため、国内の感染症の専門家で構成される「クラスター対策班」を設置し、各地の支援に取り組んでいます。

感染症対策へのご協力をおねがいます

# ！手洗い

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。

**外出先からの帰宅時**や**調理の前後**、**食事前**などこまめに手を洗います。

## 正しい手の洗い方

手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう



1 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



2 手の甲をのぼすようにこすります。



3 指先・爪の間を念入りにこすります。



4 指の間を洗います。

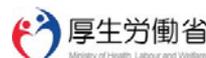


5 親指と手のひらをねじり洗いします。



6 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。



厚労省  検索



# 咳エチケット違反してませんか？

咳やくしゃみを手でおさえる



咳やくしゃみを手でおさえると、その手にウイルスが付着します。ドアノブなどを介して他の人に病気をうつす可能性があります。

何もせずに咳やくしゃみをする



咳やくしゃみをするとき、しぶきが2mほど飛びます。しぶきには病原体が含まれている可能性があります。他の人に病気をうつす可能性があります。

他人への感染を防ぐため、咳エチケットを行きましょう。

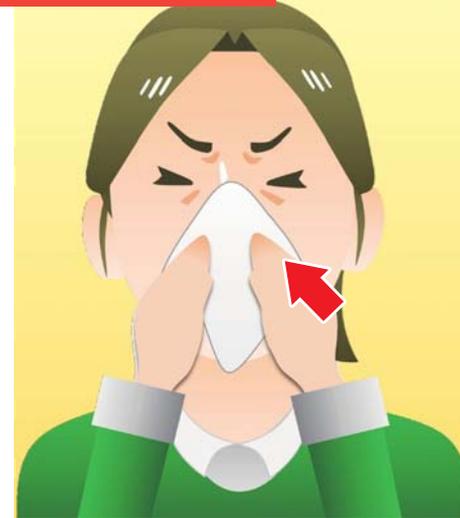
## 3つの咳エチケット 電車や職場、学校など人が集まるところでやろう

① マスクがない時



① マスクを着用する  
(口・鼻を覆う)

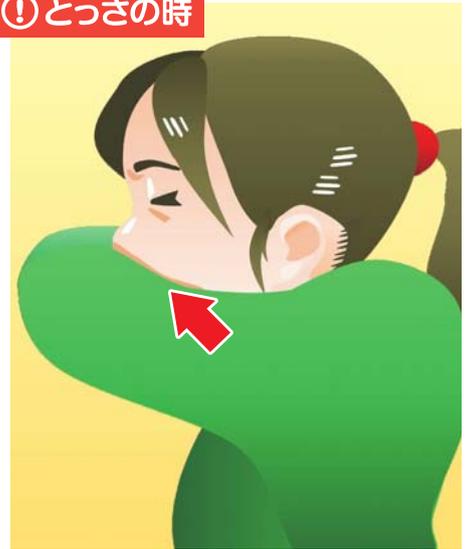
鼻から顎までを覆い、隙間がないようにつけましょう。



② ティッシュ・ハンカチで  
口・鼻を覆う

ティッシュ:使ったらすぐにゴミ箱に捨てましょう。  
ハンカチ:使ったらなるべく早く洗いましょう。

③ とっさの時



③ 袖で口・鼻を覆う

マスクやティッシュ・ハンカチが使えない時は、袖や上着の内側で口・鼻を覆いましょう。

こまめに手を洗うことでも病原体が拡がらないようにすることができます。

咳エチケット解説

厚生労働省 咳エチケット



バーコード読み取り機能付き携帯電話もしくはスマートフォンでご利用いただけます。



ひと、くらし、みらいのために  
厚生労働省  
Ministry of Health, Labour and Welfare

© 諫山創・講談社 / 「進撃の巨人」製作委員会