



新型コロナウイルスに感染された方・感染が疑われる方へ ～家庭内での生活上の注意点～

「感染された方・感染が疑われる方」の家庭内での生活上の注意点

1 部屋を分けましょう



個室にしましょう！

・部屋を分けられない場合は、2m以上の距離の確保や仕切りカーテンを設置し、寝る時は、頭が同方向に向かないよう互い違いにしましょう。

◎ 感染された方・感染が疑われる方は、極力部屋から出ないように！

2 感染された方・感染が疑われる方のお世話は、できるだけ限られた人にしましょう



極力、一人が担当しましょう！

・心臓、肺、腎臓に持病のある方、糖尿病の方、免疫の低下した方、妊婦の方などが担当することは極力避けましょう。

3 食事も別々にしましょう



・同じテーブルを使わないようにしましょう。それが、難しい場合は、時間をずらすなど工夫しましょう。

◎ 食事の前には、手洗い、消毒をしましょう。

4 家族全員がマスクをつけましょう



・使用したマスクは他の部屋に持ち出さないようにしましょう。
・使用したマスクの表面には触れずに廃棄しましょう。
・マスクを外したら石鹸で手を洗い、手指消毒をしましょう。

【自宅療養で困っている方へ】

新型コロナウイルスに感染された方や感染が疑われる方で、自宅療養となり支援を受けられず困っている方は、保健医療課(43-1639)までご相談ください。市の広報紙やホームページにも給付金や減免などの支援について掲載しておりますので、ご覧ください。

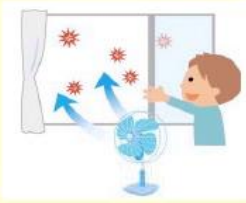


5 こまめに手洗い・うがいをしましょう。



- ・食事、トイレの後は、石鹸を使って手洗い、手指消毒をしましょう。
- ・こまめに、うがいもしましょう。

6 窓を開けて換気をしましょう。



定期的に換気をしましょう！

- ・エアコンなどの空調や換気扇を回したり、1時間ごとに5～10分、又は常時、少し窓を開けておきましょう。

7 手で触れる共有部分を消毒しましょう。



- ・ドアの取っ手などの共有部分は、薄めた市販の家庭用塩素系漂白剤でふいた後、水拭きかアルコール消毒をしましょう。
- ・トイレや洗面台は、家庭用の洗剤で洗い、家庭用消毒剤でこまめに消毒しましょう。
- ・食器などは、通常の洗浄で構いません。

8 汚れた衣類やシーツを洗濯しましょう。



- ・衣類、シーツなどは、家庭用洗剤でこまめに洗濯し、完全に乾かしましょう。
- ・タオルなどは、通常の洗濯で構いません。

9 ゴミは密閉して捨てましょう。



- ・鼻をかんだティッシュは、すぐにビニール袋に入れ、密閉して捨てましょう。

引き続き、熱を測るなど、日々の体調管理を行いましょ。また、風邪症状など体調に異変を感じた時は、保健所、医療機関、積極ガードダイヤルに電話し相談してください。

▶積極ガードダイヤル(082-513-2567)

