

## 正確な情報に基づき

# 新型コロナウイルスの感染予防をお願いします

【担当課】 保健予防課

新型コロナウイルス感染症は、人から人への感染が認められましたが、2月6日現在では広く流行が認められる状況ではありません。区民の皆さんにおかれましては、過剰に心配することなく季節性インフルエンザ対策と同様に手洗いや咳エチケットなどの感染予防を行ってください。

## 新型コロナウイルス感染症とは

過去に人で感染が確認されていなかった新種のコロナウイルス(\*)が原因と考えられる感染症です。感染してから14日以内に症状が出るといわれています。発症すると発熱、咳などの呼吸器症状があらわれ、**高齢者や基礎疾患がある方は重症化する場合もある**といわれています。

\*人や動物の間で広く感染症を引き起こすウイルスです。人に感染症を引き起こすものはこれまで6種類が知られています。深刻な呼吸器疾患を引き起こすことがあるのは、SARS-CoV(重症急性呼吸器症候群コロナウイルス)とMERS-CoV(中東呼吸器症候群コロナウイルス)で、それ以外は、感染しても風邪などのように比較的状況が軽く済みます。

### 感染経路

新型コロナウイルス感染症がどのように感染するのかについては、現時点では飛沫感染と接触感染の2つが考えられます。

#### 飛沫感染

感染した人の咳やくしゃみの飛沫に含まれるウイルスを吸い込むことによる感染です。

#### 接触感染

ウイルスが付着した手で、目・口・鼻を触ることによる感染です。

## 新型コロナウイルスに感染しないようにするために

次のような通常の感染予防が重要です。また、顔に触らない、十分な睡眠と食事を心掛けて免疫力を高める、室内を適切な湿度(50~60%)に保つ、なるべく人混みの多い場所に行かないなどの対策をしましょう。

### 手洗い

帰宅時などにかかわらず小まめに手を洗いましょう。流水と石けんで15秒以上手を洗い、水分を十分に拭き取りましょう。

手を洗えない場合は、手指消毒用アルコール製剤(エタノールなどを60~80%程度含む物)による消毒も効果があります。

#### 正しい手の洗い方

- ①時計や指輪を外す
- ②石けんを泡立て、手のひらをよくこする
- ③手の甲を伸ばすようにこする
- ④指先、爪の間を念入りにこする
- ⑤指の間を洗う
- ⑥親指と手首をねじり洗う
- ⑦流水で洗い流す
- ⑧清潔なタオルなどで拭き取って乾燥させる



汚れが残りやすい部分

### 咳エチケット

周りの人への感染を予防するために、次の咳エチケットを行いましょ。特に電車や職場、学校など人が集まるところで実践することが重要です。

①具合の悪い人はマスクを着用する(口・鼻を覆う)



②マスクがないときはティッシュ・ハンカチなどで口や鼻を覆う



③とっさのときは上着の内側や袖で口や鼻を覆う



## 相談窓口

### 新型コロナウイルス感染症相談電話(区)

☎3602 - 1399

月~金曜日(祝日を除く)/午前8時30分~午後5時15分

#### その他の相談窓口

東京都の電話相談窓口

☎5320 - 4509 毎日(土・日曜日、祝日含む)/午前9時~午後9時

厚生労働省の電話相談窓口

☎0120 - 565653(フリーダイヤル)

毎日(土・日曜日、祝日含む)/午前9時~午後9時

保健センター(7面上欄参照)および、葛飾区保健予防課(☎3602-1238)でも相談に応じます。

#### 帰国者・接触者の方へ

中国湖北省から帰国・入国した方またはこれらの方と接触した方で、咳や発熱(37.5度以上)などの症状がある場合は、マスクを着用するなどし、事前に次の相談先にご連絡をお願いします。受診医療機関を調整します。調整された医療機関を受診してください。

#### 帰国者・接触者電話相談センター(区)

☎3602 - 1376

月~金曜日(祝日を除く)/午前8時30分~午後5時15分

帰国者・接触者電話相談センター(都)

☎5320 - 4592 月~金曜日の夜間、土・日曜日、祝日

## 最新情報はこちらをご確認ください

区ホームページやフェイスブック・ツイッターなど、さまざまな手段で随時情報をお伝えしていきます。

葛飾区ホームページ「新型コロナウイルス関連」

トップ→くらしのガイド→防災・防犯→お知らせ→新型コロナウイルス感染症について



フェイスブック

<https://www.facebook.com/katsushika.city>



ツイッター

@katsushika\_city



## Read the measures against the new coronavirus

この新聞を10言語で読むことができます

<https://www.catapoke.com/search/?keyword=Katsushika-city>



韓国語 새로운 코로나 바이러스에 대한 대책을 읽으십시오

中国語(簡体) 阅读针对新冠病毒的措施

中国語(繁体) 閱讀針對新冠病毒的措施

タイ語 อ่านมาตรการต่อต้านไวรัสโคโรนา ใหม่

スペイン語 Lea las medidas contra el nuevo coronavirus

ポルトガル語 Leia as medidas contra o novo coronavirus

インドネシア語 Baca langkah-langkah melawan coronavirus baru

ベトナム語 Đọc các biện pháp chống lại coronavirus mới

