



新型コロナウイルス感染症

正しい知識を身に付けみんなで感染予防に努めましょう!!

新型コロナウイルス感染症が都市部を中心に再び拡大しています。この秩父市においても、一時的に感染者の拡大が見受けられました。

改めて、市民の皆様をお願いします。一人一人がしっかりと「うつらない」「うつさない」ための対策を取っていただき、感染の可能性を少しでも減らすようにしてください。

どうぞ、強い危機感を持って大切な命を守るため、大切なご家族を守るため、慎重な行動をお願いします。

市民の皆様には引き続き、今回掲載しました記事を参考に感染防止に向けた行動の徹底にご理解・ご協力をお願い申し上げます。



久喜邦康

濃厚接触者とは・・・

患者さんが新型コロナウイルス感染症に疑われる症状を示したその**2日前**から、患者さんとの距離が**1 m以内**で、マスクなどの口元が覆われていない状態で**15分以上**会話した人です。

濃厚接触者の定義

症状の出た日の**2日前**から

次の条件で接触

距離が1 m
程度

マスクなし

15分以上
会話



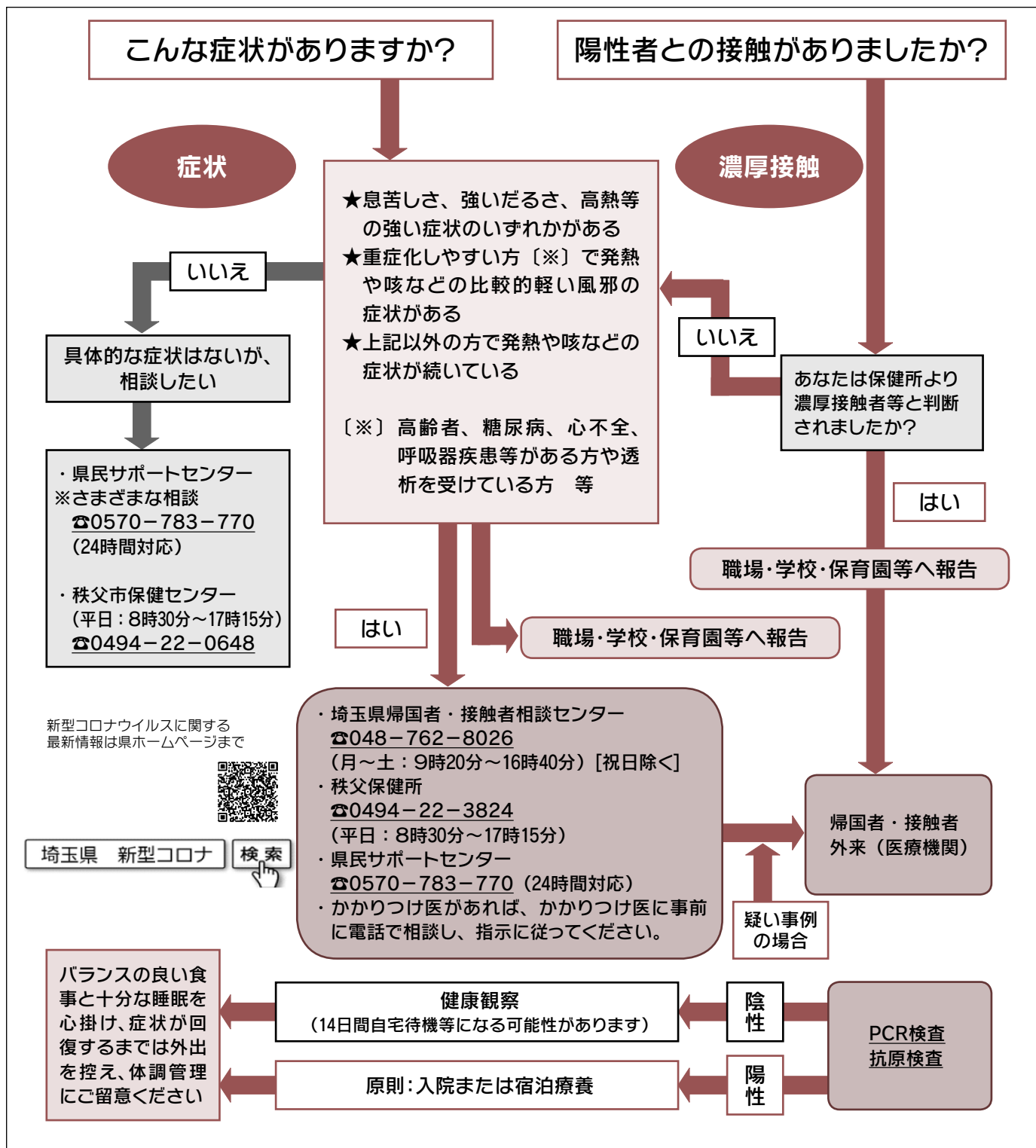
濃厚接触者となった場合は、どうすればよいでしょう

感染者から、ウイルスがうつる可能性がある期間（発症2日前から入院等をした日まで）に接触のあった方々について、関係性、接触の程度など具体的な状況を保健所が調査し、濃厚接触者に該当するかどうか判断します。接触確認アプリを利用すると、陽性者と、1 m以内、15分以上の接触の可能性がある場合に通知が行われ、速やかな検査や治療につながります。

濃厚接触者と判断された場合は、保健所の指示に従ってください。濃厚接触者は、感染している可能性があることから、感染した方と接触した後14日間は、健康状態に注意を払い、不要不急の外出は控えてください。

参考：厚生労働省 新型コロナウイルスに関するQ & A（一般の方向け）より

新型コロナウイルス感染症対応フロー図



退院基準および宿泊療養の解除の考え方

- 【症状のある方】**
- ①発症日から10日間経過し、かつ症状軽快後72時間経過した場合
 - ②発症日から10日間経過以前に症状軽快した場合に、症状軽快後24時間経過後、24時間以上間隔をあげ、2回のPCR等検査で陰性が確認された場合
- 【無症状の方】**
- ①検査日から10日間経過した場合
 - ②検査日から6日間経過後、24時間以上間隔をあげ2回のPCR等検査で陰性が確認できた場合

新型コロナウイルス感染症に感染した方がご家庭で療養する場合・ 感染が疑われる家族がいる場合・健康観察となった場合 8つのポイント

ポイント1

感染した家族と同居者の部屋を
可能な限り分けましょう

食事や寝るときも別室とし、部屋を分けられない
ときは仕切り等を利用しましょう。
少なくとも2mの距離を保ちましょう。



ポイント2

感染した家族のお世話はできるだけ
限られた家族で行いましょう

心臓・肺・腎臓に持病がある、糖尿病、免疫機能が
低下している、妊婦の方は
感染した家族のお世話は
なるべく避けましょう。



ポイント3

マスクをつけましょう

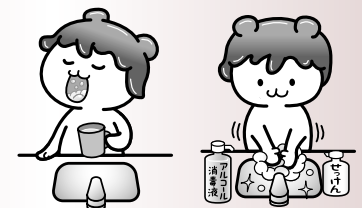
できるだけ家族全員がマスクをつけましょう。
使用したマスクの表面には触れず、正しいマスク
の外し方（次ページ参照）で
マスクを外し、外した後は手
洗いをしましょう。



ポイント4

小まめにうがい・手洗いをしましょう

感染した家族のお世話の後以外にも、外から室内
に入るとき、咳やくしゃみ、鼻をかんだ後、食事
の前、掃除の後、
トイレの後など
小まめにうがい
手洗いをしまし
よう。



ポイント5

換気をしましょう

定期的に換気することはとても重要です。
感染した家族のいる部屋は可能であれば窓を開け
たままにしましょう。空気を滞留させないことが
大切です。

ポイント6

手で触れる共有部分を消毒しましょう

ドアノブ・ベッド柵・
電気のスイッチなど



薄めた家庭用塩素系漂白
剤で拭いた後、水拭き

衣類や食器など



家庭用洗剤で洗濯・洗浄

ポイント7

ゴミは密閉して捨てましょう

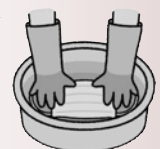
鼻をかんだティッシュや体液のついた汚物は
ビニール袋に入れ、室外に出すときは
密閉して捨てましょう。



ポイント8

汚れたリネンや衣服の取り扱いに
注意しましょう

ふん便からもウイルスが検出されることがありま
す。体液で汚れた衣類やリネンを扱うときは手袋
とマスクをつけ家庭用洗剤で洗濯し
よく乾燥させましょう。





正しいマスクの外し方・捨て方・洗い方

感染症拡大を防ぐために、使用したマスクやティッシュなどの取り扱いには注意が必要です。以下の点に気を付けましょう。

マスクの外し方

マスクの表面にはウイルス等が付着しています。
マスクを外す時は、ゴムやひもをつまんで外し、手指にウイルス等が付着しないように内側に折りたたんでビニール袋に捨てます。
ビニール袋はしっかり縛って封をしましょう。
マスクを外した後やゴミを捨てた後は必ず手洗いをしましょう。

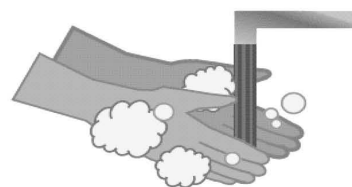


ごみの捨て方

①ごみ箱にごみ袋をかぶせま
す。いっぱいになる前に早め
に②の通りごみ袋をしぼって
封をしましょう。

②マスク等のごみに直接触れるこ
とがないようしっかりしぼります。

③ごみを捨てた後はせっけん
を使って、流水で手をよく洗
いましょう。



※万一、ごみが袋の外に触れた場合
は、二重にごみ袋に入れてください。

布マスクの洗い方

布マスクは、洗濯によって縮んだり、色落ちしたりすることがありますが、繰り返し使用することができます。丁寧に洗って清潔にしましょう。

- ① 衣料用洗剤で、軽く押し洗いしてください。
- ② 十分なすすぎをしてください。
- ③ 陰干しで自然乾燥してください。

目安：水2ℓに対して洗剤0.7g
(小さいスプーン2分の1)

※汚れが気になる場合は、ゴム手袋等を着用の上、塩素系漂白剤を使い、
においがなくなるまで十分なすすぎをしてください。



参考（以下のサイトをご参照ください）

- ・厚生労働省 新型コロナウイルス接触確認アプリ（略称COCOA）
- ・埼玉県LINEコロナお知らせシステム
- ・環境省 新型コロナウイルスなどの感染症対策のための家庭でのごみの捨て方
- ・政府インターネットテレビ
- ・厚生労働省・経済産業省「布マスクをご利用のみなさまへ」YouTube

問合せ

秩父保健センター ☎22-0648
大滝保健センター ☎55-0102

吉田保健センター ☎77-1112
荒川保健センター ☎54-2231