

## 今一度、基本的な感染防止対策の徹底を

本市においても、多数の新型コロナウイルスの新規感染者の報告が続いています。このままの感染状況が続くと、一般医療に影響が及び、これまでどおりの医療が受けられなくなる恐れがあります。地域の医療提供体制の維持のためにも感染防止対策の徹底にご協力をお願いします。

新型コロナウイルス感染症の感染から身を守るためには、次の基本的な感染防止対策を徹底することが重要です。

- (1) こまめな手洗い・手指消毒、「うつらない うつさないためのマスク」の着用、換気しながらの適度な加湿
- (2) 3密（密閉、密集、密接）の回避
- (3) 感染リスクの高い「5つの場面」での注意
- (4) 重症化リスクが高いとされる高齢者や基礎疾患をお持ちの人と同居のご家族は、家庭内での感染防止対策に細心の注意を
- (5) テレワーク、時差出勤の積極的な推進

## 会食時に注意すること

多人数での会食時などにマスクをしない状態で会話をすると飛沫を浴びて新型コロナウイルスに感染するリスクが高まることが報告されています。また、首都圏全体で人の流れを徹底的に抑える必要があることから「緊急事態行動」として、飲食店での営業時間の短縮や酒類の提供を午後7時までとするなどの要請が行われています。

なお、時間内に飲食店で食事をする場合でも、次の「会食の注意事項」を守り、感染防止に心がけてください。

- (1) 「4人以下の単位」で食事しましょう
- (2) 会話を楽しむ際は、なるべくマスクを着用しましょう
- (3) 席配置を対面とせず、大声を出さないようにしましょう
- (4) 感染防止対策がされていない店舗の利用を控えましょう

## 家庭内における感染防止について

新型コロナウイルスは無症状の時期（症状の出るおよそ2日前）から感染力があるため、自分が感染していることに気付かないうちに、同居者にうつしてしまう可能性があります。

まずは家庭外での感染を防ぐことが何よりも重要ですが、もしご家族が感染してしまった、またはその疑いがある場合には、他のご家族を守るために一人ひとりができる感染予防行動を実施しましょう。

予防について、詳しくは市ホームページか右のコードから確認してください。



### ■家庭内で感染が疑われる人がいる場合

発熱や風邪症状があるなど、家庭内に新型コロナウイルス感染症が疑われる人がいる場合は、以下の点にご注意ください。

- (1) 部屋を分け、本人は極力部屋から出ないようにしましょう。部屋を分けられない場合は、少なくとも2m以上の距離を保ったり、仕切りやカーテンなどを設置したりすることをおすすめします
- (2) 感染者のお世話はできるだけ限られた人で行いましょう
- (3) マスクを着用し、使用したマスクは他の部屋に持ち出さないようにする。マスクを外した後は必ずせっけんで手を洗きましょう
- (4) こまめに手を洗いましょう
- (5) 共有スペースや他の部屋も窓を開けるなど、換気をしましょう
- (6) ドアの取っ手などの手で触れる共用部分を薄めた家庭用の塩素系漂白剤などで拭いた後、水拭きをしましょう。タオルは、共用しないようにしましょう
- (7) 体液で汚れた衣類、リネンは手袋とマスクを着け、家庭用洗剤で洗濯し完全に乾かしましょう
- (8) 鼻をかんだティッシュはすぐにビニール袋に入れ、室外に出すときは密閉して捨てましょう

## ～新型コロナウイルス感染症の相談・診療・検査の流れ～

以下の「相談・受診の目安」を参考に、発熱等の症状がある人は、まずは日ごろ通院している医療機関か、お住まいのお近くにある医療機関に電話で相談してください。相談先で診察・検査が出来ないときやかかりつけ医がいない等相談先に困ったときは、下記の相談窓口にご相談を。（「相談・受診の目安」に該当しない場合も相談はできます）

### 相談・受診の目安

少なくとも以下のいずれかに該当する人は、すぐに相談してください。

▶息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、高熱等の強い症状のいずれかがある場合

▶重症化しやすい人（※）で発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合

▶（※）高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患（COPD等）の基礎疾患がある人や透析を受けている人、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている人

▶上記以外の人で発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続く場合

（症状が続く場合には必ずご相談ください。症状には個人差がありますので、強い症状と思う場合にはすぐに相談してください。解熱剤などを飲み続けなければならない方も同様です。）



### ●妊婦の方へ

妊婦の方については、念のため、重症化しやすい人と同様に、早めにかかりつけ医や右上の「千葉県発熱相談コールセンター」などに相談してください。

### ●お子さまがいる方へ

子どもは風邪の症状を認めやすく、また症状を正確に訴えられないことから、受診の目安に関わらず、小児科医による診察を必要とすることがあります。このため、受診に迷う場合は、かかりつけ小児医療機関、または上記の「千葉県発熱相談コールセンター」などに相談してください。