

## 特集

# 新型コロナウイルス感染症対策

# 一人ひとりが今、できること

新型コロナウイルス感染症が拡大し、4月7日には政府から7つの都府県に緊急事態宣言が出されました。うつらない・うつさないために、一人ひとりができることを考えましょう。

## うつさないために

手洗い・アルコール消毒・咳エチケットなど、感染症の基本対策に努めてください。不要不急の外出はせず「密閉・密集・密接」を避けてください。これらの対策を徹底して継続することが、一人ひとりが確実にできる一番の予防法です。症状が軽く、無自覚のうちに感染を拡大させてしまうケースもあります。自分の行動で誰かを感染させてしまうかもしれない、と考えて行動することが大切です。

す。今できることを最大限に取り組み、感染拡大を防ぎましょう。

## 市民検診を延期

感染拡大防止のため、伊達市の市民検診の日程を延期します（詳細10頁参照）。今後の状況をみて開催時期を再判断します。

健康推進課健康管理係

☎575-1116

## 来庁不要の手続き

住民票や戸籍証明書の取得など、市役所に来なくても郵送でやり取りができる手続きもあります。詳しく



アクリル板で窓口に仕切りを設けた

はホームページをご覧になるか、担当にお問い合わせください。

市民課市民窓口係

☎575-0205

## 伊達市の状況と対策

4月15日現在、伊達市では感染者が確認されていませんが、いつ感染者が出てもおかしくありません。

市は2月6日に対策本部を設置し、屋内遊び場など公共施設の閉館や、不特定

皆さん一人ひとりの行動が鍵です  
**感染拡大を防ぐために**

- ▶ 手洗い・咳エチケット・アルコール消毒
- ▶ 3つの「密」を避ける
  - ① 換気が悪い密閉空間
  - ② 多くの人が集まる密集場所
  - ③ 間近で会話や発声をする密接場面
- ▶ 緊急事態宣言が発令された都府県への不要不急の往来を避ける

多数が集まるイベントの中止などを行ってきました。

来庁された皆さまとの密接を避けるため、職員全員がマスクを着用しています。飛沫感染防止のため、カウンターに仕切りを設置し、手で触れる場所を定期

的に消毒するなど、感染拡大防止に努めています。

広報紙やホームページ、防災行政無線などで引き続き情報を発信していきますので、感染拡大防止のため、一人ひとりが考えて行動していきましょう。

## Q 発熱などの症状が出たら？

### A 症状を確認

- ▼ 風邪の症状や37.5度以上の発熱が4日以上続いている(解熱剤を飲み続けなければならないときを含む)
- ▼ 強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある  
※高齢者や基礎疾患のある人、妊娠中の方は2日程度続く場合

あてはまる

### 帰国者・接触者相談センターに電話

帰国者・接触者相談センター(県北保健福祉事務所) ☎ 534-4108  
【受付時間】平日9時～17時 ※時間外は自動音声で案内される携帯電話に電話

受診の必要性が高い

### 帰国者・接触者外来を受診

帰国者・接触者外来の医師が検査の必要性を判断

検査の必要があると判断

### PCR検査

- ▼ 検査は公費で実施
- ▼ 約1日～数日で結果判明(状況により異なる)

陽性

### 治療

- ▼ 県北保健福祉事務所の指示に従い入院
- ▼ 入院費は公費負担(所得に応じて一部自己負担の可能性あり)

### 積極的疫学調査

- ▼ 患者(確定例)の「臨床症状」「発症前14日間の行動(感染源特定)」「発症後の行動(接触者探索)」などを調査
- ▼ 濃厚接触者は14日間の健康観察を行い、発熱または呼吸器症状が現れた場合は保健所に連絡(検査対象として扱う)

疑わしい症状のときは、かかりつけ医であっても事前に電話で医師の判断を仰ぐようお願いします。

あてはまらない

受診の必要性が低い

検査の必要がないと判断

陰性

自宅で安静にする  
または医療機関を受診する  
症状が回復しない場合は帰国者・接触者相談センターに相談

## 相談ダイヤル一覧

▶医療や感染症に関することでの相談など	
福島県相談専用ダイヤル ☎ 521-7871	8時30分～21時(平日) 8時30分～17時15分(土日祝)
県北保健福祉事務所 ☎ 534-4113	8時30分～17時15分(平日)
厚生労働省相談窓口 ☎ 0120-565-653	9時～21時(土日祝も実施)※
▶予防対策に関する相談など	
伊達市健康推進課 ☎ 573-0538	8時30分～17時15分(平日)
▶特別労働相談	
県総合労働相談コーナー ☎ 024-536-4600 ☎ 0800-800-4611 (フリーダイヤル)	8時30分～17時15分(平日)

## 最新情報はこちらから

### ■厚生労働省ホームページ

国内の発生状況、新型コロナウイルスに関するQ & A、政府方針など



### ■伊達市ホームページ

対策本部からのお知らせ、イベント中止・延期、施設休館、支援制度など



※【お詫びと訂正】

4月10日発行「新型コロナウイルス感染症対策特別号」の「厚生労働省相談窓口」の受付時間に誤りがありました。お詫びして訂正いたします。

【正】9時～21時(土日祝も実施)

【誤】9時～12時

## Q 家族の感染が疑われるときは？

### A 8つのポイントで感染リスクを減らそう

#### 1 部屋を分ける

- ・本人は極力部屋からでない
- ・トイレや風呂など共用スペースの利用は最小限に

Check!!

- ・部屋を分けられない場合は2m以上距離を置く
- ・仕切りやカーテンを設置する

#### 2 マスクをつける



- ・使用したマスクは他の部屋に持ち出さない
- ・マスクの表面には触れない
- ・マスクを外したら必ず石けんで手洗い

Check!!

- ・マスクが汚れたらすぐ清潔なマスクと交換
- ・マスクなしで咳やくしゃみをする場合は、ティッシュで口と鼻を覆う

#### 3 手で触れる共有部分を消毒する

- ・ドアノブ、ベッド柵などは薄めた家庭用塩素系漂白剤で拭いたあと水拭きをする
- ・トイレや洗面所は家庭用洗剤ですすぎ、こまめに消毒する
- ・洗浄前のもを共有しない(手拭き用タオルなど)



#### 4 感染者のお世話は限られた人で

心臓、肺、腎臓に持病がある人、糖尿病、免疫が低下した人、妊婦の人がお世話をするのは避ける

#### 5 こまめに手を洗う

- ・石けんで手を洗う
- ・アルコール消毒をする
- ・洗っていない手で目や鼻、口を触らない



#### 6 定期的に換気をする

共有スペースや他の部屋も窓を開け放しにする

#### 7 汚れたリネン、衣服を洗濯する

手袋とマスクをつけ、一般的な家庭用洗剤で洗濯し、完全に乾かす

#### 8 ゴミは密閉して捨てる

鼻をかんだティッシュはすぐにビニール袋に入れ、室外に持ち出すときは密閉して捨てる

本人は外出を避け、同居している人も熱を測るなど健康観察し、不要不急の外出は避けましょう。

## Q 身近な人が感染したら濃厚接触者になる？

### A 必ず該当するわけではありません

#### ■濃厚接触者とは

「患者(確定例)※」が発病した日以降に接触した人のうち、次の範囲に該当する人

患者(確定例)と同居あるいは長時間の接触(車内、航空機内等を含む)があった人

適切な感染防護具無しに患者(確定例)を診察、看護もしくは介護していた人

患者(確定例)の気道分泌液もしくは体液などの汚染物質に直接接触した可能性が高い人

手で触れるまたは対面で会話が可能な距離(目安として2m)で、必要な感染予防策なしで「患者(確定例)」と接触があった人

※【患者(確定例)】とは、「臨床的特徴などから新型コロナウイルス感染症が疑われ、かつ、検査により新型コロナウイルス感染症と診断された人」を指す。

(参考) 国立感染症研究所感染症疫学センター「新型コロナウイルス感染症患者に対する積極的疫学調査実施要領(暫定版)」令和2年3月12日版

家族や同じ勤務先の人が感染しても、全員が「濃厚接触者」にあてはまるわけではありません。大切なのは普段から3つの密(密閉・密集・密接)を避け、お互いに適度な距離を保ち、地道に感染症の基本対策をし続けることです。感染者や濃厚接触者、医療従事者などへの偏見や差別につながらないよう、冷静な対応をお願いします。