

新型コロナに負けない ～感染予防の8つのポイント～

流れる水と
石けんで

こまめな手洗い



○指先・指と指の間・手首まで丁寧に。

○水で洗えない時は、アルコール手指消毒も効果があります。

定期的な

空気の入れかえ

○換気の日安
1～2時間に1回、5～10分間

○対角線上の2つの窓を開けると効果的。

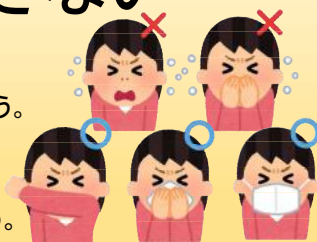
○窓が開けれないときは、換気扇をまわしましょう。



咳・くしゃみの しぶきを飛ばさない

○咳やくしゃみが出る時はマスクをつけましょう。

○マスクがない時は、
ハンカチやティッシュ等で鼻と口を覆いましょう。



体温をはかる

○毎朝、体温をはかり、記録しましょう。

○熱がある、咳や鼻水が出るなど体調がよくない時は、
無理せず、お休みしましょう。



○発熱、咳など体の健康、予防、医療機関の受診に関すること

新型コロナウイルス健康相談センター(受付時間 9時～21時：平日・土日祝日)

電話：088-823-9300 FAX：088-873-9941

こまめに消毒



- 共有部分やよく触るところ
(ドアノブ・テーブル・スイッチ・トイレなど)は、
次亜塩素酸ナトリウム(0.05%)や消毒用アルコール(70%)
による拭き取りが効果的です。



食べ物は ひとりずつに分けよう

- 大皿に盛った料理を
みんなで取り分けて食べるのをやめましょう。



- お菓子などを友達と交換しあうのも控えましょう。

距離をあける

- たくさんの人で集うときは、広い会場を選びましょう。

- お互いの距離を1~2mとりましょう。



密を避ける

- ①換気の悪い密閉空間
- ②多数が集まる密集場所
- ③間近で会話や発声をする密接場所

3つの条件がそろう場所
が
集団感染リスクが高い!

※集会等で3つの「密」が重ならないよう、工夫しましょう。

○お問い合わせ

黒潮町役場

健康福祉課
地域住民課

保健衛生係
保健センター

電話 : 4 3 - 2 8 3 6
電話 : 5 5 - 7 3 7 3