

# 新型コロナウイルス感染症関連情報 第2報

## ご家庭で新型コロナウイルス感染が疑われる場合は… 家庭内でご注意いただきたい8つのポイント

◇ここに記載しているものは、発熱等の症状が出た方が「風邪」なのか「新型コロナウイルス感染症」なのか不明な状態の時に、注意して頂きたい事を載せています。

もし、37.5℃以上の熱が4日以上続いた場合や、強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある場合（高齢者や基礎疾患のある方は、上の症状が2日程度続いた場合）には下記の「帰国者・接触者相談センター」へご相談ください。

**帰国者・接触者相談センター**  
**029(821)5342**  
【土浦保健所 内】

### 部屋を分けましょう

#### ◇個室にしましょう。（食事や寝る時も別室としてください）

- ・子どもがいる方、部屋数が少ない場合など、部屋を分けられない場合には、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することをお勧めします。
- ・寝るときは頭の位置を互い違いになるようにしましょう。

#### ◇ご本人は極力部屋から出ないようにしましょう。

- ・トイレ、バスルームなど共用スペースの利用は最小限にしましょう。

### 感染者のお世話は出来るだけ限られた人で

◇心臓、肺、腎臓に持病のある方、糖尿病の方、免疫の低下している方、妊婦の方などが感染者のお世話をすることは避けてください。

### マスクを付けましょう

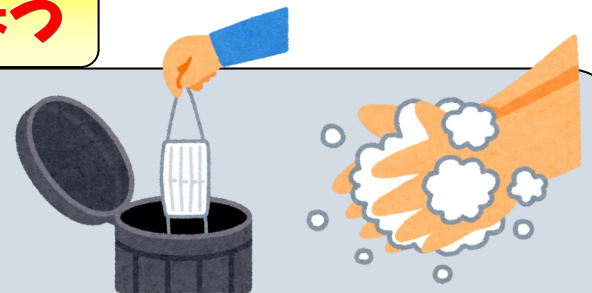
◇使用したマスクは他の部屋に持ち出さないでください。

◇マスクの表面には触れないようにしてください。

- ・マスクを外す際には、ゴムやひもをつまんで外しましょう。

◇マスクを外した後は、必ず石鹸で手を洗いましょう。（アルコール手指消毒剤も可）

※マスクがないときなどに咳やくしゃみをする際は、ティッシュ等で口と鼻を覆いましょう。



### こまめに手を洗いましょう

◇こまめに石鹸で手を洗いましょう。アルコール消毒をしましょう。

- ・洗っていない手で目や鼻、口などを触らないようにしましょう。



### 換気をしましょう

◇定期的に換気をしてください。

- ・共用スペースやほかの部屋も窓を開け放しにするなどの換気を行いましょう。



厚生労働省  
新型コロナウイルス  
HP



かすみがうら市  
新型コロナウイルス  
HP

かすみがうら市 健康づくり増進課  
電話 0299(59)2111又は029(897)1111

## 手で触れる共用部分を消毒しましょう

◇共用部分(ドアの取っ手やノブ、ベッド柵、手すり、スイッチ等)は、薄めた市販の家庭用塩素系漂白剤で拭いた後、水拭きしましょう。

- ・物に付着したウイルスはしばらく生存します。
- ・家庭用塩素系漂白剤は、主成分が次亜塩素酸ナトリウムであることを確認し、使用量の目安に従って薄めて使ってください。

《目安となる濃度は0.05%です》※製品の濃度が6%の場合、水3ℓに対し原液を25ml入れます。

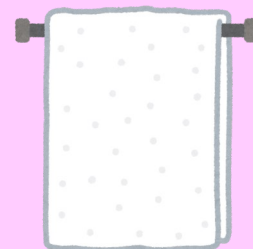


◇トイレや洗面所は、通常の家計用洗剤ですすぎ、家庭用消毒剤でこまめに消毒しましょう。

- ・タオル、衣類、食器、箸・スプーンなどは、通常の洗濯や洗浄で構いません。
- ・感染者の使用した物を分けて洗う必要はありません。

◇洗浄前のものを共用しないようにしてください。

- ・特にタオルは、トイレ、洗面所、キッチンなどで共用しないように注意しましょう。



## 汚れたリネンや衣服を洗濯しましょう

◇体液で汚れたリネンや衣服を取り扱う際は、手袋とマスクをつけ一般的な家庭用洗剤で洗濯し、完全に乾かしてください。(糞便からウイルスが検出されることがあります)



## ゴミは密閉して捨てましょう

◇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てください。(その後は直ちに石鹸で手を洗いましょう)



○ご本人は外出を避けてください。

その他

○ご家族、同居されている方も熱を測るなど、健康観察を行い、不要不急の外出は避け、特に咳や発熱などの症状があるときには、職場に行かないでください。

※以上の内容については、厚生労働省HP「家庭内でご注意いただきたいこと ~8つのポイント~」より引用しています。

皆様へのお知らせ

## 新型コロナウイルス感染症拡大防止に伴う市内施設の一時貸出休止について

◇かすみがうら市では、新型コロナウイルス感染症の拡大防止に伴い、市内施設の貸出を一時休止しております。対象となる施設は右のとおりです。



### 休止施設名

- |  |   |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・働く女性の家</li> <li>・勤労青少年ホーム</li> <li>・大塚ふれあいセンター</li> <li>・やまゆり館</li> <li>・あじさい館</li> <li>・千代田公民館</li> <li>・霞ヶ浦公民館</li> <li>・図書館(本館・分館)</li> <li>・富士見塚古墳公園展示館</li> <li>・歴史博物館</li> <li>・第1常陸野公園</li> <li>・千代田B&amp;G海洋センター</li> <li>・体育センター</li> <li>・多目的運動広場</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・わかぐり運動公園</li> <li>・戸沢公園運動広場</li> <li>・旧下大津地区公民館</li> <li>・旧牛渡地区公民館</li> <li>・旧安飾地区公民館</li> <li>・旧志士庫地区第1公民館</li> <li>・旧志士庫地区第2公民館</li> <li>・雪入ふれあいの里公園</li> <li>・三ツ石森林公園</li> <li>・農村環境改善センター</li> <li>・交流センター</li> <li>・ふれあいの里</li> <li>・あゆみ庵</li> <li>・民家園</li> </ul> |
|--|---|

**R2年3月12日から当面の間貸出を休止します。**

・公園などの施設の貸出を伴わないもの(散歩、ジョギング、ウォーキング等)については通常どおりご利用頂けます。

・休止を解除する時はホームページ等でお知らせ致します。

・ご迷惑をお掛けしますがご理解とご協力頂きますようお願いいたします。