

## ★「新型コロナウイルス感染症」を予防しましょう！

「新型コロナウイルス感染症」患者が国内でも増加しています。  
一人一人が感染予防に心がけ、感染拡大を防ぐことが重要です。

### ●「手洗い」と「咳エチケット」を徹底しましょう！

#### ◆「手洗い」をこまめに実施しましょう！ (消毒用アルコールも有効です)

外出先から帰宅した時、咳やくしゃみを手で受けてしまった時、  
口鼻を触る前、多くの人が触れたと思われる場所を触った時、  
料理前、食事前、トイレの後などはすぐに手を洗いましょう。

#### ◆「咳(せき)エチケット」を心がけましょう！

- ①咳やくしゃみを他の人に向けて発しないようにしましょう。
- ②咳やくしゃみが出るときはマスクをしましょう。
- ③マスクがないときで、咳やくしゃみが出るときは  
・ティッシュやハンカチ、腕の内側などで口や鼻を覆いましょう。

### ●高齢者・持病のある人は、人混みを避けましょう！

高齢者や持病のある方は重症化する場合があります。(注意すべき持病：糖尿病、  
心不全、腎障害・透析患者、生物学的製剤、抗がん剤、免疫抑制剤投与患者など)  
人が多く集まる場所では、ウイルスを持っている人と遭遇する機会が高まります。

手洗い  
が大切  
です！



### ●人が多く集まる室内での集会等は必要なものに限りましょう。

新型コロナウイルス患者の咳やくしゃみのしぶきの中にウイルスが含まれます。咳やくしゃみのしぶきは1.5~2メートルの距離まで届くと言われています。閉鎖空間において近距離で多くの人が会話をするだけでも、感染を拡大させるリスクがあります。

### ●37.5℃以上の発熱や咳、倦怠感がある場合は会社・学校は休み、自宅で静養しましょう！

新型コロナウイルス感染症の初期症状は風邪と見分けがつかず  
無理をして出かけてしまうと知らない間に多くの人に感染させてしまいます。

新型コロナウイルス感染の感染が疑われる方は、お住まいの「帰国者・接触者相談センター」へご相談下さい。(福島市以外の県北地域は、Tel 024-534-4108)



### <新型コロナウイルス感染症Q&A>

「新型コロナウイルスに関するQ&A 厚生労働省」で検索してください。各種Q&Aが掲載されています。

- ◆一般の方向け ◆企業の方向け
- ◆医療機関・検査機関の方向け
- ◆新型コロナウイルスの感染が疑われる人がいる場合の家庭内での注意事項 など

発行日 令和2年3月4日  
発行元 福島県県北保健所  
医療薬事課  
住所 〒960-8012  
福島市御山町8-30  
電話 024-534-4113  
ホームページ 検索キーワード 福島県県北保健所