

## ご家族に新型コロナウイルス感染が疑われる場合 家庭内でご注意いただきたいこと

～8つのポイント～ 

### 1 部屋を分けましょう

- 個室にしましょう。
- ・食事や寝るとき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、バスルームなど共有スペースの利用は最小限にしましょう。

### 2 感染者のお世話はできるだけ限られた方で。

- 心臓、肺、腎臓に持病のある方、糖尿病の方、免疫の低下した方、妊婦の方などが感染者のお世話をするのは避けてください。

### 3 マスクをつけましょう

- 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でも可
- ※マスクが汚れたときは、すぐに新しい清潔な乾燥マスクと交換。  
※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う。



### 4 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てください。

### 5 換気をしましょう

- 定期的に換気してください。
- ・共有スペースや他の部屋も窓を開け放しにするなど換気しましょう。



## 6 手で触れる共有部分を消毒しましょう

● 共用部分(ドアの取っ手、ノブ、ベッド柵など)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に液を 25ml です)

- 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かまいません。
- ・ 感染者の使用したもの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、キッチンなどでは共用しないようにしましょう。

## 7 汚れたリネン、衣服を洗濯しましょう

● 体液で汚れた衣服、リネンを取り扱う際は、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

## 8 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下さい。

● ご家族、同居されている方も熱を測るなど、健康観察をし、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、職場などに行かないでください。

感染が疑われる方はご相談ください。  
相談先：帰国者・接触者相談センター  
電話番号：0120-567-747

相談の目安

①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みます)

②強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある

※ 高齢者や基礎疾患等のある方、妊娠中の方は、上の状態が2日程度続く場合などお早めにご相談ください。



感染者の症状が軽快してから 14 日間経過するまでは、健康状態を監視することをお勧めします。

発行日:令和2年5月5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