



2020年 2月1日

## 新型コロナウイルス関連肺炎の対応について

**正しい情報を得ましょう。**

**今後も状況は変化しますので、ニュースや以下のホームページ等で情報を確認し、必要な対策を取るよう心掛けてください。**

【関連リンク】

◆ 厚生労働省ホームページ

<https://www.mhlw.go.jp/index.html>

電話相談窓口 電話番号 03-3595-2285 (9時~21時)

◆ 国立感染症研究所ホームページ

<https://www.niid.go.jp/niid/ja/>

◆ 厚生労働省検疫所 FORTH

<https://www.forth.go.jp/index.html>

◆ 外務省海外安全ホームページ

<https://www.anzen.mofa.go.jp/>

1月24日現在、外務省から湖北省に対して感染症危険情報レベル3「渡航はやめてください。(渡航中止勧告)」が出ています。

**予防対策をしっかりとしましょう。**

感染から症状が出るまでの潜伏期間にも、感染する可能性があるため予防対策をしっかりとしましょう。基本は、インフルエンザ対策と同じです。

◆ **手洗い、うがいをする（特に帰宅時）**

◆ **咳エチケット**

◆ **規則正しい生活や十分な睡眠、栄養を心掛ける**

◆ **人が多く集まる場所に行くことは避ける**

◎学校保健安全法の第一種感染症であるため、登校には医師の許可が必要です。

＜治癒証明書＞

[https://www.tokyo-kasei.ac.jp/campus\\_support/facility/health\\_center/infirmary/infectious.html](https://www.tokyo-kasei.ac.jp/campus_support/facility/health_center/infirmary/infectious.html)

手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのぼすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗いします。



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

⚠️ 咳エチケット違反してませんか？

咳やくしゃみを手でおさえる



咳やくしゃみを手でおさえると、その手にウイルスが付着します。ドアノブなどを介して他の人に感染をうつす可能性があります。

何もせずに咳やくしゃみをする



咳やくしゃみをするとき、しぶきが2mほど飛びます。しぶきには病原体が含まれている可能性があります。他の人に感染をうつす可能性があります。

他人への感染を防ぐため、咳エチケットを行いましょう。

3つの咳エチケット 電車や職場、学校など人が集まるところでやろう

① マスクがない時



① マスクを着用する  
(口・鼻を覆う)

鼻から顎までを覆い、隙間がないようにつけましょう。

① とっさの時



② ティッシュ・ハンカチで  
口・鼻を覆う

ティッシュ使ったらすぐにゴミ箱に捨てましょう。ハンカチ使ったらなるべく早く洗きましょう。



③ 袖で口・鼻を覆う

マスクやティッシュ・ハンカチが使えない時は、袖や上着の内側で口・鼻を覆いましょう。

こまめに手を洗うことで病原体が拡がらないようにすることができます。

咳エチケット解説

厚生労働省 咳エチケット

スマートフォンアプリのダウンロードはこちら  
スマートフォンでご覧いただけます。

