

今、私たちができる

新型コロナウイルス感染症予防対策

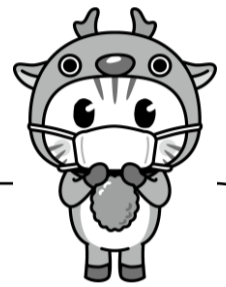
ご自身や家族、地域を感染拡大から守るため、日常生活において、自分に合った「新しい生活様式」を実践しましょう。基本的には『うつらない』『うつさない』ために、手洗い、マスク着用、人との距離を保つ、体調が悪い時には早めに休む事を心がけましょう。



咳エチケット

【外出】

マスクの着用(咳エチケット)。帰宅後の水とハンドソープを使った手洗いを。人との間隔はできるだけ2m(最低1m)あける。



【食事】

多人数の会食は避け、横並びで座る。
料理は大皿を避けて個々に盛りつける。
飲食中の会話は最小限で換気も忘れずに。

『新しい生活様式』の実践例

出典:新型コロナウイルス感染症対策専門家会議より

【生活】

毎朝検温・体調確認。体調が悪い時は無理せず休みましょう。部屋の換気。会話をする時は症状がなくてもマスクの着用。

【買い物・運動】

買い物は少人数で、すいた時間に素早く済みます。
会った人と場所を記録する。ウォーキングは少人数で、すれ違う時は距離をとる。

【その他】

公共交通機関利用は会話を控え、混んだ時間を避ける。
冠婚葬祭は、多人数での会食を避け、症状がある場合は参加しない。
「3密」の回避(密閉、密集、密接)、風通しの悪い空間をなるべく作らない。



換気



密集回避

【手洗いのすすめ！他の感染症にも効果的】

水とハンドソープで、ウイルスは減らせます！
「ハンドソープで10秒もみ洗い後、流水で15秒すすぎ」を2セット行いましょう。
手洗いなしと比べ、100万分の1にウイルスを減らせる効果があります。



手洗い

出典 森功次他:感染症医学雑誌より

新型コロナウイルス感染症についての相談・受診の目安

【相談・受診の前に心がけること】

発熱等の風邪症状が見られるときは、学校や会社を休み外出を控える。

～新型コロナウイルス感染症が心配なとき～

- ◎ 「息苦しさ」「強いだるさ」「高熱」等の強い症状がある場合
- ◎ 発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続いている場合

【高齢・基礎疾患(糖尿病、心不全、呼吸器疾患、人工透析等)がある・妊婦の方】
発熱や咳など比較的軽い風邪の症状がある場合

不安に思う方

感染したかもしれないと不安。
感染予防策が知りたい。など

○小鹿野町保健課 ☎75-0135
【月～金曜日8時30分～17時15分】
○新型コロナウイルス感染症県民サポート
センター
☎0570-783-770【24時間対応】

専門的な助言が必要な場合
受診相談窓口を案内

埼玉県帰国者・接触者相談センターに相談
☎048-762-8026
【月～土曜日、祝日を除く 9時20分～16時40分】
秩父保健所 ☎0494-22-3824
【月～金曜日 8時30分～17時15分】



最新の情報については

埼玉県 新型コロナ 検索

かかりつけ医がない方

かかりつけ医がある方

電話で相談

指示によって、かかりつけ医を受診
職場、学校、保育園等へ報告

感染の疑いがあり検査が必要と判断された場合

検査可能な医療機関
でPCR検査等を実施

埼玉県新型コロナウイルス総合サイト

http://www.pref.saitama.lg.jp/a0301/covid19_sougousite.html

出典：埼玉県公式ホームページより

●新型コロナウイルス感染症に関する町長メッセージ

秩父郡市内において、新型コロナウイルス感染症への感染が多数確認されています。

町民のみなさまにおかれましては、生活圈である近隣市町村での感染者の発生に大きな不安を感じておられることと思いますが、冷静な判断と落ち着いた行動をお願いいたします。引き続き、感染拡大防止のための3つの密(密閉・密集・密接)を避けること、こまめな手洗いと咳エチケットなど基本的な感染予防対策を徹底していただきますようお願いいたします。また、体調不良のとき(発熱・倦怠感・咳・のどの違和感がある場合など)は外出を控えていただき、状況に応じて「新型コロナウイルス感染症県民サポートセンター」にご相談ください。

なお、当町においては現在のところ感染の確認はありませんが、感染した患者の方の人権尊重と個人情報保護にご配慮いただき、不正確な情報に惑わされないよう重ねてお願いいたします。

小鹿野町といたしましても、国や県と連携を図りながら、感染拡大防止対策に取り組んでまいります。

小鹿野町長 森 真太郎

