

令和2年12月25日 発行号  
新型コロナウイルス臨時第10号新型コロナウイルス感染症が流行してから初めての年越し  
『年末年始は静かに過ごしましょう』

新型コロナウイルス感染症が流行してから初めての年末年始を迎えます。年末年始は大切な人たちと過ごす時間が増える時期ですが、今回はこれまでと違い、感染拡大を防ぐための対策が必要となります。これまでの年末年始と同じような行動をすることで、感染が拡大し、さらに地域の医療体制のひっ迫に繋がります。命と暮らしを守るためには、一人ひとりが年末年始を静かに過ごすことが重要です。

## お願いしたいこと

継続しよう！  
基本的感染対策！手洗いの  
励行マスクの  
着用3密の  
回避

- 飲 酒 ①少人数・短時間 ②なるべく普段一緒にいる人と ③適量
  - 初 詣 混雑する時期を避け、感染防止策の徹底
  - 帰 省 ①混雑する時期を避け3密回避を含め基本的な感染防止策徹底  
②大人数での会食を控え、高齢者等への感染につながらないように注意
- ※対応が難しい場合は慎重に検討し、特に発熱等の症状がある方は  
帰省を控える

## 年末年始に発熱等の症状があるとき

発熱等の症状がある方は、まずはかかりつけ医等地域の医療機関に電話でご相談ください。かかりつけ医が休診の場合は、県庁内 受診・相談センターにご相談ください。

## ①かかりつけ医に電話相談

【休診の場合】

## ②受診・相談センターに電話相談



☎ 029-301-3200 8時半～22時(土日・祝祭日を含む)

# 家族が新型コロナウイルスにかかったら？ ～自宅でできる感染予防対策～

感染した人(患者)が自宅などで療養する場合(感染が疑われる人を含む)は、家族の協力のもと、次の点に注意してください。

## ○療養する部屋を分ける

- 患者が最少の移動で生活できる個室を用意し、同居している家族は、食事や寝るときも可能な限り部屋を分けましょう。なお、部屋を分けることができない場合は、2メートル以上の距離を保ち、仕切りやカーテンなどを設置することをお薦めします。
- トイレや浴室などの共有スペースの利用は最小限にしましょう。



## ○家族全員がマスクを着用する

- 家族全員が常にマスクを着用することで、ウイルスの拡散防止が期待されます。
- 使用したマスクは、他の部屋に持ち出さず、表面には触れないようにゴムやひもをつまんで外し、捨てるようにしましょう。
- マスクを外した後は、必ず手をせっけんで洗うか、アルコール消毒をしてください。



## ○患者専用のものを用意し、手で触れる共有部分を消毒する

- 食器や歯ブラシなどは共有せず、患者専用のものを用意しましょう。
- 取っ手やドアノブなどは、薄めた家庭用塩素系漂白剤で拭いた後、水拭きをしてください。
- トイレや洗面所は、家庭用洗剤で清掃し、こまめに消毒してください。

## ○ケアをする家族はできるだけ1人に限定する

患者のケアは、健康な人が十分な距離を保って行うよう心掛けましょう。

※心臓や肺、腎臓に持病がある人、糖尿病の人、免疫力が低下した人、妊婦などは避けてください。

## ○こまめにうがい・手洗いをする

患者だけでなく、家族もこまめにうがいや手洗い・アルコール消毒をしましょう。



## ○十分な換気をする

- 日中は窓を開けたり、空調や換気扇を回すなど換気を心掛けましょう。
- 療養している部屋はもちろん、トイレや浴室などの共有スペース、家族が使用する部屋も定期的に換気を行いましょう。



## ○タオルや衣服などを洗濯する

汚れた衣服などを取り扱う際は、手袋とマスクを付け、家庭用洗剤で洗濯し、しっかり乾かしましょう。

※洗濯前のタオルや衣服は、共有しないでください。



## ○ゴミは密閉して捨てる

鼻をかんだティッシュや使い捨て容器などは、感染防止のため、ビニール袋に入れて密閉して捨ててください。



## 1月のイベント中止のお知らせ

期 日	事 業 名	備 考
1月1日(金)	元朝ささら舞い	主催:丹生神社棒ささら保存会
	元旦神輿渡御	主催:濱会
1月10日(日)	第67回 高萩市成人式	生涯学習課

※年末年始(12/29～1/3)にお困りの際は代表番号へおかけください。日直者等がお受けいたします。

高萩市役所 代表 ☎23-1111