

冬の新型コロナウイルス感染症対策

新型コロナウイルス感染症の予防や拡大防止のため、さまざまな対策に取り組んでいただいておりますが、感染の拡大は収束しておらず、引き続き対策が必要な状況です。

また、例年冬にかけてインフルエンザが流行するため、二つの感染症の同時流行による発熱者の増加が心配されています。

基本的な感染対策を再確認するとともに、この冬、特に気をつけていただきたいことを紹介します。

基本の感染対策を継続

◆手洗い 30秒程度かけて、水とせっけんで丁寧に洗う。人は無意識に顔を触ってしまうため、目・鼻・口などの粘膜から感染する恐れがあります。

1時間に23回は顔を触れるといわれています。

※手洗いのタイミング→帰宅したとき・咳やくしゃみ、鼻をかんだとき・マスクを外した後・食事の前後・病気の人の面倒を見たとき など

◆身体的距離の確保 できるだけ2m以上、最低1mは距離をとる。

◆マスクの着用 人との距離が十分にとれない場合、症状が無くてもマスクを着ける。



冬も換気を小まめに行う

寒い時期や悪天候時期は窓を開けるのが難しくなりますが、感染症対策として換気が重要です。窓を少し開けて小まめに換気するなど、各家庭の状況に合わせて定期的に換気を行ってください。

家庭でも感染症対策を徹底

新型コロナウイルス感染症に家庭内で感染する事例が続いており、今後さらに増えていくことが心配されています。特に重症化しやすい高齢者の方がいる家庭では注意が必要です。

インフルエンザ対策もしっかりと

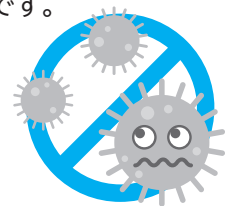
①感染症予防の基本は手洗いとマスクの着用

新型コロナウイルス感染症の感染対策は、インフルエンザウイルスの感染対策としても有効です。

②部屋の湿度を保ちましょう

空気が乾燥するとのどの免疫力が低下し、インフルエンザにかかりやすくなります。

加湿器などを使って適切な湿度（50%～60%）を保ちましょう。

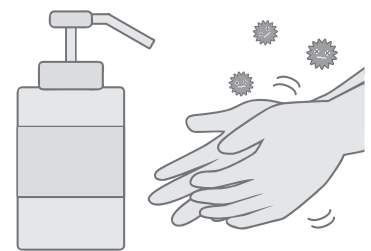


～発熱などのかぜの症状があるとき～

症状の原因が新型コロナウイルスなのか、インフルエンザウイルスなのかなどを自分で判断することは困難です。新型コロナウイルス感染症の拡大防止のために、次の2点にご協力ください。

●発熱などのかぜの症状があるときは、仕事や学校などを休み、外出は控える。

●発熱して病院受診を希望するときは、事前に病院へ電話をする。



体調がすぐれない方がいるときの家庭での注意事項

- ・家の中でもできるだけマスクをする。
- ・タオルの共有は避け、衣類などを洗濯するときは手袋を着ける。
- ・トイレや洗面所、ドアノブなどの共用部は小まめに清掃・消毒する。

町民の皆様には、これまでも新型コロナウイルス感染症の感染予防対策にご協力いただいておりますが、今後再び感染者が増えることが懸念されています。

コロナ禍の冬を乗り越えるため、気を緩めずに継続した感染症対策に取り組みましょう。