

私達の身近なところで、新型コロナウイルス感染症が拡大しています。一日も早く
元気で安全な毎日が過ごせるよう、みんなで感染防止対策の徹底に取り組みましょう。

泉第一こども園・川原石こども園

！ 感染症対策 へのご協力を お願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、
「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

①手洗い 正しい手の洗い方

① 流水でよく手をぬがした後、石けんを
つけ、手のひらをよくこすり洗います。
② 手の甲をのばすようにこすり洗います。
③ 指の背の両側をこすり洗います。
④ 指の隙を洗います。
⑤ 親指と手のひらをぬがし洗います。
⑥ 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で洗い、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。

②咳エチケット 3つの咳エチケット

咳やくしゃみをするときは、必ずマスクを着用し、咳エチケットを守ります。

① 咳やくしゃみをするときは、必ずマスクを着用し、咳エチケットを守ります。
② 咳やくしゃみをするときは、必ずマスクを着用し、咳エチケットを守ります。
③ 咳やくしゃみをするときは、必ずマスクを着用し、咳エチケットを守ります。

正しいマスクの着用

① 鼻と口の両方を確実に覆う
② コムのもを耳にかける
③ 隙間がないよう鼻かぎを掛ける

出典：首相官邸・厚生労働省

新型コロナウイルス Q&A

令和2年2月22日時点版

Q1 風邪のような症状があり心配です。どうしたらいいですか？

A 発熱などの風邪の症状があるときは、学校や会社を休むなど、外出を控えてください。毎日体温を測定して記録しましょう。

Q3 最寄りの保健所等（帰国者・接触者相談センター）に相談するとどうなりますか？

A 電話での相談を踏まえて、感染の疑いがある場合には、必要に応じて、新型コロナウイルス感染症患者の診察ができる「帰国者・接触者外来」を確実に受診できるように調整します。

Q4 新型コロナウイルスにはどうやって感染しますか？

A 現時点では、飛沫感染と接触感染の2つが考えられます。

- ① 感染者のくしゃみや咳、つばなどの飛沫による「飛沫感染」
- ② ウィルスに触れた手で口や鼻を触ることによる「接触感染」

Q6 医療機関を受診するときに気を付けることはありますか？

A 複数の医療機関を受診せず、「帰国者・接触者相談センター」等から紹介された医療機関（帰国者・接触者外来など）を受診してください。受診するときは、マスクを着用し、手洗いや咳エチケットを徹底してください。

Q2 感染したかもと思ったらどうしたらいいですか？

A 以下の場合には、最寄りの保健所等にある「帰国者・接触者相談センター」に電話で相談しましょう。

- ① 風邪の症状や37.5度以上の熱が4日以上続く
- ② 強いだるさや息苦しさがある

・重症化しやすい高齢者や基礎疾患がある方に加えて、念のため妊婦さんは、こうした状態が2日程度続いたら相談しましょう。
・症状がこの基準に満たない場合には、かかりつけ医や近隣の医療機関にご相談ください。

Q5 感染予防のためにできることはありますか？

A 以下のことを心がけましょう。

- ① 石鹸やアルコール消毒液などによる手洗い
- ② 正しいマスクの着用を含む咳エチケット
- ③ 高齢者や持病のある方は公共交通機関や人込みを避ける

Q7 感染しても症状が出ない人がいますが、その人からも感染しますか？

A 現状では、はっきりしたことはわかっていません。通常、肺炎などを起こすウイルス感染症の場合、症状が最も強く現れる時期に、他者へウイルスをうつす可能性も最も高くなると言われています。

新型コロナウイルスの感染拡大防止にご協力をお願いします

「密閉」「密集」「密接」しない！

●「ゼロ密」を目指しましょう。屋外でも、密集・密接には、要注意！

他の人と十分な距離を取る！

2メートル

窓やドアを開けこまめに換気を！

屋外でも密集するような運動は避けましょう！

・少人数の散歩やジョギングなどは大丈夫

飲食店でも距離を取りましょう！

- ・多人数での会食は避ける
- ・席と一つ飛ばしに座る
- ・互い遠くに座る

会話をするときはマスクをつけましょう！

5分間の会話は1回の咳と同じ

電車やエレベーターでは会話を慎みましょう！

給食後の歯みがきスタイル

新型コロナウイルスに気を付けよう！

1 手洗い場が混まないようにしよう。

2 歯みがき中のおしゃべりはやめよう。

3 歯みがき中は口をとじて。前歯のうらは、口を手でおおってみがこう。

4 ブクブクがいは少ない水で1~2回。はきだすときは低いところでゆつくりと。

5 歯ブラシはよく洗って水を切ったかわかしてからしまおう

出典：日本学校歯科医学会