

都留市民の皆様へ

国内において、新型コロナウイルスの感染が拡大する中、先日、山梨県内でも初の感染者が確認されました。

市では、「都留市新型コロナウイルス感染症対策本部」を設置し、市民の皆様の安全・安心の確保に向け、感染症の拡大防止対策に取り組んでいます。

市民の皆様におかれましては、落ち着いて行動していただくとともに、新型コロナウイルスに関する最新の情報にご留意のうえ、感染予防を徹底していただきますようお願いいたします。

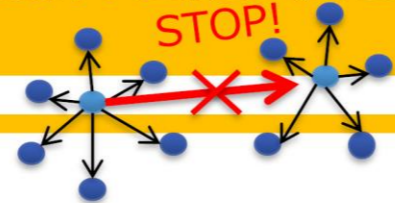
都留市長 堀内 富久



新型コロナウイルスに関する最新情報はこちら
(都留市ホームページ)

新型コロナウイルスの集団感染を防ぐために

感染拡大を防ぐために



国内では、散発的に小規模に複数の患者が発生している例がみられます。この段階では、濃厚接触者を中心に感染経路を追跡調査することにより感染拡大を防ぎます。

今重要なのは、今後の国内での感染の拡大を最小限に抑えるため、

小規模な患者の集団（クラスター）が次の集団を生み出すことの防止です。

<感染経路の特徴>

※「小規模患者クラスター」とは
感染経路が追えている数人から数十人規模の患者の集団のことです。

- ◆これまでに国内で感染が明らかになった方のうちの8割の方は、他の人に感染させていません。
- ◆一方、**スポーツジム、屋形船、ビュッフェスタイルの会食、雀荘、スキーのゲストハウス、密閉された仮設テント**などでは、**一人の感染者が複数に感染させた事例が報告されています。**

このように、集団感染の共通点は、特に、「換気が悪く」、「人が密に集まって過ごすような空間」、「不特定多数の人が接触するおそれが高い場所」です。

新型コロナウイルス感染症についての相談・受診の目安

風邪の症状や 37.5 度以上の発熱がある

- ・ 学校や会社を休み、外出を控えてください。
- ・ 毎日体温を測定して記録してください。

風邪症状が軽度である場合は、自宅での安静・療養が原則となります。

高齢者、糖尿病、心不全
など持病がある人など

強いだるさ、
息苦しさ

状態が**変化**した
場合

4日続いたら
相談

2日続いたら
相談

すぐに相談

帰国者・接触者相談センター

(富士・東部保健所)

☎ : 0555-24-9035 (24 時間対応)

※ 聴覚に障がいのある方をはじめ、電話での相談が難しい方は、ファックス (0555-24-9037) でご相談ください。

かかりつけ医

電話をしてから
受診しましょう。

受診を勧められた場合

勧められた医療機関を受診してください。

一般的なお問い合わせは、こちらへ

聴覚に障がいのある方をはじめ、電話での相談が難しい方は、ファックスでご相談ください。

- 厚生労働省の電話相談窓口【午前 9 時～午後 9 時 (土日、祝日も対応)】
☎ : 0120-565653 FAX : 03-3595-2756
- 山梨県の電話相談窓口【午前 9 時～午後 9 時 (土日、祝日も対応)】
☎ : 055-223-8896 FAX : 055-223-1499
- 都留市の電話相談窓口
平日の午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分 (健康子育て課)
☎ : 0554-46-5113 FAX : 0554-46-5119
平日の上記時間帯以外及び土日、祝日 (都留市役所)
☎ : 0554-43-1111 FAX : 0554-43-5049

ご家族に新型コロナウイルス感染が疑われる場合 家庭内でご注意いただきたいこと ～8つのポイント～

(一般社団法人日本環境感染学会とりまとめを一部改変) 令和2年3月1日版

部屋を分けましょう

- ◆ **個室にしましょう。** 食事や寝るときも別室としてください。
 - ・子どもがいる方、部屋数が少ない場合など、部屋を分けられない場合には、少なくとも2m以上の距離を保ったり、仕切りやカーテンなどを設置することをお勧めします。
 - ・寝るときは頭の位置を互い違いになるようにしましょう。
- ◆ **ご本人は極力部屋から出ないようにしましょう。**
トイレ、バスルームなど共有スペースの利用は最小限にしましょう。

感染者のお世話はできるだけ限られた方で。

- ◆ 心臓、肺、腎臓に持病のある方、糖尿病の方、免疫の低下した方、妊婦の方などが感染者のお世話をするのは避けてください。

マスクをつけましょう

- ◆ 使用したマスクは他の部屋に持ち出さないでください。
- ◆ マスクの表面には触れないようにしてください。マスクを外す際には、ゴムやひもをつまんで外しましょう。
- ◆ マスクを外した後は必ず石鹸で手を洗いましょう。
(アルコール手指消毒剤でも可)

※マスクが汚れたときは、すぐに新しい清潔な乾燥マスクと交換。
※マスクがないときなどに咳やくしゃみをする際は、ティッシュ等で口と鼻を覆う。

こまめに手を洗いましょう

- ◆ こまめに石鹸で手を洗いましょう、アルコール消毒をしましょう。洗っていない手で目や鼻、口などを触らないようにしてください。

換気をしましょう

- ◆ **定期的に換気してください。** 共有スペースや他の部屋も窓を開け放しにするなど換気しましょう。

手で触れる共有部分を消毒しましょう

- ◆ **共用部分** (ドアの取っ手、ノブ、ベッド柵など) は、**薄めた市販の家庭用塩素系漂白剤で拭いた後、水拭き**しましょう。
 - ・物に付着したウイルスはしばらく生存します。
 - ・家庭用塩素系漂白剤は、主成分が次亜塩素酸ナトリウムであることを確認し、使用量の目安に従って薄めて使ってください(目安となる濃度は0.05%です(製品の濃度が6%の場合、水3Lに液を25mlです。))。
- ◆ **トイレや洗面所は、通常の家庭用洗剤ですすぎ、家庭用消毒剤でこまめに消毒**しましょう。
 - ・タオル、衣類、食器、箸・スプーンなどは、通常の洗濯や洗浄でかまいません。
 - ・感染者の使用したものを分けて洗う必要はありません。
- ◆ **洗浄前のものを共用しないようにしてください。**
 - ・特にタオルは、トイレ、洗面所、キッチンなどでは共用しないように注意しましょう。

汚れたリネン、衣服を洗濯しましょう

- ◆ **体液で汚れた衣服、リネンを取り扱う際は、手袋とマスクをつけ、一般的な家庭用洗剤で洗濯し完全に乾かしてください。**
 - ・糞便からウイルスが検出されることがあります。

ゴミは密閉して捨てましょう

- ◆ **鼻をかんだティッシュはすぐにビニール袋に入れ、室外に出すときは密閉して捨ててください。** その後は直ちに石鹸で手を洗いましょう。

- ご本人は外出を避けて下さい。
- ご家族、同居されている方も熱を測るなど、健康観察をし、不要不急の外出は避け、特に咳や発熱などの症状があるときには、職場などに行かないでください。