

新型コロナに負けない ~感染予防の8つのポイント~

流れる水と
石けんで

こまめな手洗い



○指先・指と指の間・手首まで丁寧に。

○水で洗えない時は、アルコール手指消毒も効果があります。

定期的な

空気の入れかえ



○換気の目安
1~2時間に1回、5~10分間

○対角線上の2つの窓を開けると効果的。

○窓が開けれないときは、換気扇をまわしましょう。

咳・くしゃみの しぶきを飛ばさない



○咳やくしゃみが出る時はマスクをつけましょう。

○マスクがない時は、
ハンカチやティッシュ等で鼻と口を覆いましょう。

体温をはかる



○毎朝、体温をはかり、記録しましょう。

○熱がある、咳や鼻水が出るなど体調がよくない時は、
無理せず、お休みしましょう。

○発熱、咳など体の健康、予防、医療機関の受診に関する
新型コロナウイルス健康相談センター(受付時間9時~21時:平日・土日祝日)
電話:088-823-9300 FAX:088-873-9941

こまめに消毒



- 共有部分やよく触るところ(ドアノブ・テーブル・スイッチ・トイレなど)は、次亜塩素酸ナトリウム(0.05%)や消毒用アルコール(70%)による拭き取りが効果的です。



食べ物はひとりずつに分けよう



- 大皿に盛った料理をみんなで取り分けて食べるのをやめましょう。
- お菓子などを友達と交換しあうのも控えましょう。

距離をあける

- たくさんの人で集うときは、広い会場を選びましょう。



- お互いの距離を1~2mとりましょう。

密を避ける

- ①換気の悪い密閉空間
- ②多数が集まる密集場所
- ③間近で会話や発声をする密接場所

3つの条件がそろう場所が
集団感染リスクが高い！

※集会等で3つの「密」が重ならないよう、工夫しましょう。

お問い合わせ

黒潮町役場

健康福祉課
地域住民課

保健衛生係
保健センター

電話：43-2836
電話：55-7373