

# 新型コロナウイルス第二波に備えましょう！



## ●どのように感染するの？

・新型コロナウイルスは飛沫、接触感染で感染します。閉鎖した空間で、近距離で多くの人と会話するなどの環境では、咳、くしゃみなどの症状がなくても感染拡大のリスクがあるとされています。

## ●予防法は？

・基本は「手洗い」や「マスク着用を含む咳エチケット」です。

また、接触感染にも注意してください。人は無意識のうちに顔を触っています。

そのうち、目、鼻、口などの粘膜は約44%を占めています。

## ●コロナウイルスを想定した「新しい生活様式」って？

・新しい生活様式の実践例を一部紹介します！

(1) 人との間隔は、できるだけ2m（最低1m）空ける。

(2) 遊びに行くなら屋内より屋外を選ぶ。

(3) 会話をする際は、可能な限り真正面を避ける。

(4) 家に帰ったらまず手や顔を洗う。できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。

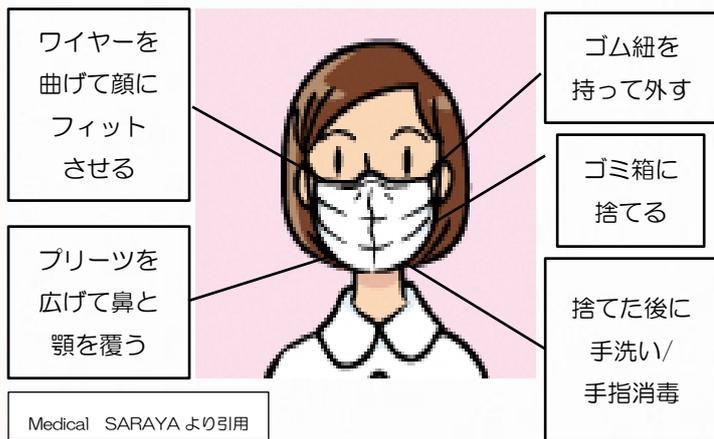


## ☆☆感染管理認定看護師からのアドバイス☆☆

感染対策の基本的な考え方＝**拡げない・もらわない**

拡げないために・もらわないためにできる基本的なことは？＝「咳エチケット」「手洗い/手指消毒」です！  
わかっている/知っていても、正しくできているとは限りません！！あなたは大丈夫ですか？

「正しくマスクを着けていますか？外してありますか？」



Medical SARAYA より引用

屋外で周囲（約2m）に人がいない場合には、マスクを外す、水分をこまめに摂取するなどして熱中症にも注意しましょう。

「正しいポーズで手洗い/消毒できていますか？」



タイミングも大切です！

帰宅時、鼻をかんだ後、料理を作る前、

食事の前、病人の看病時等（公立丹南病院 宮田 こそ恵氏）

川崎市HPより引用

もっと詳しく知りたい方は、次の厚生労働省HPをご覧ください。

新しい生活様式の実践にご協力ください。



新型コロナウイルスに関するQ&A

検索



新しい生活様式

検索



【担当】内容へのご質問やご意見はこちらへ→福井県丹南健康福祉センター 地域保健課  
Tel (0778) 51-0034 Fax (0778) 51-7804 E-mail [t-fukusi-c@pref.fukui.lg.jp](mailto:t-fukusi-c@pref.fukui.lg.jp) 配信希望（停止）はメールでご連絡ください。