

雨竜町民  
の皆様へ

確認しよう！新型コロナウイルス

## 感染を防ぐための基本の知識

北海道、日本、世界において感染者が増加し続けており、様々な情報もあふれている中、皆様におかれましては、過度に恐れることなく正しい知識をもって感染予防対策に取り組んでいただくことが大切です。新型コロナウイルスについての基本的な知識をまとめました。

	新型コロナウイルスについて	感染予防・体調チェックのポイント
症状	<p>◆ 8割の方が軽症（微熱、鼻水、軽い咳、のどの痛み等）で経過します。しかし、軽症の方でも人にウイルスを感染させる可能性があります。</p> <p>◆ 重症化する方も、最初は軽い風邪症状から始まっています。約5～7日程度で急に症状が悪化し肺炎に至っています。重症化しやすいのは、高齢者や持病のある方です。</p>	<p>◇ 少しでも咳や発熱などの風邪症状がある方は、外出を控えてください。どうしても外出する場合はマスクを着用し、人との接触はなるべく控えてください。</p> <p>◇ 軽症でも風邪症状のある方は、熱を毎日ばかり、体調の変化に注意しましょう。</p> <p>◇ 発熱が続く、呼吸苦がみられるなどの症状がある場合は、まずは滝川保健所（24-6201）、またはかかりつけの医療機関に電話で相談を。</p>
	<p>◇ ①部屋の換気をこまめに行う。②人の集まりに行くのはなるべく控える。</p> <p>◇ ③長時間・近距離での会話をさける（特に症状がある人に注意！）</p> <p>※すれ違う、短時間の立ち話、隣に座っていただけ（会話や接触なし）などは、濃厚な接触には当たらず感染の可能性はほとんどないと言われています。</p>	<p>◇ ①ウイルスを除去する⇒こまめな手洗い、うがいが有効。ウイルスは口や鼻の粘膜などから体内に入り増殖することで感染が成立します。その前にウイルスを除去しましょう。</p> <p>◇ ②ウイルスを消毒する⇒アルコール～手指、住環境（ドアノブや手すり、電気のスイッチなど）</p> <p>【アルカリ性】次亜塩素酸ナトリウム（ハイターなど）～住環境（上記）</p> <p>【弱酸性】次亜塩素酸水（スコットクリーンなど）</p> <p>※洗い流してウイルスを除去するほうが、広範囲に一度にウイルスがなくなるので効果的です！</p>
感染予防	<p>◇ 感染経路は、<b>接触感染</b>と<b>飛まつ感染</b>です。</p> <p>・接触感染～感染者がくしゃみや咳を抑えた手で触れた物にウイルスが付着し、周囲の人がそれを触って感染</p> <p>・飛まつ感染～感染者のくしゃみや咳、ツバと一緒にウイルスが飛んで、周囲の人がそれを吸い込み感染</p>	<p>◇ ウイルスのついた手で顔を触ることで感染することがあります。</p> <p>◇ マスクを着用する場合は、必ずきれいな物を使用しましょう！</p>
	<p>◇ マスクは、飛まつ感染予防には効果がありますので、咳やくしゃみなどの症状がある人は必ずマスクを着用するようにしましょう。</p>	

### 濃厚接触者って？

患者が発病した日からさかのぼって2週間以内に接触した人で、以下にあてはまる人を行います。この場合は、最後に接触した日から2週間程度、体調に変化がないか健康観察を行います。

1. 同居あるいは長時間の接触（車内、航空機内も含む）があった
2. 適切な感染防護なしに、患者を診察、看護、介護した
3. 患者の気道分泌液もしくは体液等に直接接触した可能性が高い
4. 手で触れること、又は対面で会話することが可能な距離（目安2m）で、必要な感染予防策なしで患者と接触があった（患者の症状やマスクの使用状況により判断する）

新型コロナウイルスについては、子どもへの感染のしやすさや症状のない方が感染させるかどうかなど、不明な点がまだ多くあります。感染の収束が見えない現状では、どこにウイルスが潜んでいるか予測できない状況ですので、皆様には感染予防対策を改めて意識していただきますようお願いいたします。

心配なこと、疑問などがありましたら、まずはご相談ください。

雨竜町住民課保健担当（保健師） ☎77-2212

町の対策については、今後も日々の状況に合わせて決定してまいります。随時ホームページに掲載しますので、最新情報をご確認ください。