

新型コロナウイルス感染症について

■新型コロナウイルス感染症とは？

令和元年12月に中華人民共和国湖北省で発生が報告された新型コロナウイルスに関連する呼吸器感染症（COVID-19）です。咳や発熱等の症状や、肺炎の発生が報告されています。飛沫感染や接触感染で感染が広まると考えられています。

■帰国者・接触者相談センターと帰国者・接触者外来の設置について

島根県では、県内各保健所に「帰国者・接触者相談センター」を設置し、新型コロナウイルス感染症が疑われる者の相談及び「帰国者・接触者外来」（新型コロナウイルスの感染が疑われる者が受診できる体制が整った外来がある医療機関）への受診をご案内します。マスクを着用し、公共交通機関の利用を避けて受診して下さい。

帰国者・接触者相談センターについて（島根県ホームページアドレス）

<https://www.pref.shimane.lg.jp/medical/yakuji/kansensyo/other/topics/bukan2020.html>

■一人ひとりの感染予防と拡大防止が大切です

個人が行う予防対策

- ・ 外から帰ったら手洗い・うがいに努める。
- ・ アルコール消毒を使って手や指を消毒する
- ・ 人が多く集まる場所に行かない
- ・ 室内の適度な湿度、換気に努める。
- ・ 規則正しい生活を送り、休養を十分にとる。
- ・ バランスのとれた食事と適切な水分の補給に気をつける



「咳エチケット」による感染拡大の防止対策

- ・ 咳、くしゃみの症状があるときはマスクをする
- ・ マスクがないときは、咳、くしゃみをするときは口と鼻をティッシュや袖などで覆う

新型コロナウイルスについての多言語の情報（やさしい日本語・英語）

<http://www.clair.or.jp/tabunka/portal/info/contents/114517.php>



■新型コロナウイルスについての電話相談を受け付けています

相談窓口	しまね多文化共生総合相談ワンストップセンター (公益財団法人しまね国際センター内) ホームページ https://www.sic-info.org/sic/post-15791/		
電話番号	070-3774-9329	受付日時	月曜日～金曜日 9時00分～17時00分
対応言語	英語・中国語・韓国語・ベトナム語・ネパール語・インドネシア語・タガログ語・タイ語・ポルトガル語・スペイン語・ミャンマー語・クメール語（12か国語）		

手を洗いましょう。

石鹸を泡立て、以下の手順で洗いましょう。

<p>手洗い前の準備</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆爪は短く切っていますか？ ◆時計や指輪をはずしていますか？ <p>Check!</p> 		<p>汚れが残りやすいところ</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆指先 ◆指の間 ◆親指の周り ◆手首 ◆手のしわ
<p>(1) 石鹸を泡立て、手のひらをよくこする</p>	<p>(2) 手の甲をのばすようにこする</p>	
		
<p>(3) 指先・ツメの間を念入りにこする</p>	<p>(4) 指の間を洗う</p>	
		
<p>(5) 親指と手のひらをねじり洗いする</p>	<p>(6) 手首も忘れずに洗う</p>	
		
<p>石鹸を洗い流し、清潔なタオルで拭き取って乾かす</p>		