

Assist home 住まいの通信

2020年
5月号

新型コロナウイルスの脅威は、緊急事態宣言が発令されてからも発症人数は収束されず、まだ先が見えない中、皆様のご家庭でも新型コロナウイルス対策は、いろいろ工夫されていると思います。目に見えないウイルスは本当に怖いです。今回は、身近で大切な家族が新型コロナウイルスに感染した場合の予防法について特集します。

★新型コロナウイルス感染症の予防法★



感染症対策

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

①手洗い **正しい手の洗い方**

流水でよく手を洗った後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。

②咳エチケット **3つの咳エチケット**

マスクを着用する（口・鼻を覆う）、ティッシュ・ハンケチで口・鼻を覆う、袖で口・鼻を覆う。

正しいマスクの着用

耳と口の両方を確実に覆う、ゴムひもを耳にかける、隙間がないよう耳にかざす、咳やくしゃみをする際やくしゃみをする際もマスクを手でおさえる。

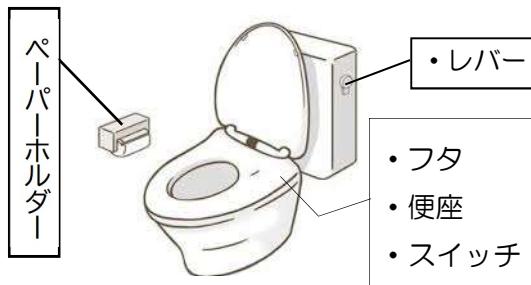
（厚生省 HP より引用）

※詳細は厚生省のHPよりご参照ください。

感染症対策（消毒）

手指の消毒は飛沫や手指からの感染予防につながります。
十分な手洗いと手指の消毒を徹底しましょう！
また、家庭内の感染防止のために、家族が手に触れる場所は、頻繁に消毒するようにこころがけましょう！

★除菌する箇所の一例として★



- 手が触れる箇所はこまめに消毒しましょう！
- 床や壁の拭き掃除後の消毒も忘れない！
- アルコール除菌や次亜塩素酸ナトリウム等が有効です

もし、大切な家族が軽症の新型コロナウイルスに感染してしまったら！

もしかして感染したかも？

不安なときは神奈川県の感染症専用ダイヤルに相談できます。



軽症の新型コロナウイルスに感染して自宅療養になったときの対策法

【自宅療養の注意点】

- 出来れば窓のある個室を用意する（換気は1時間に10分程度する）
(※窓が1つしかない場合は扇風機等で室内の空気を外に出すように工夫する。)
- 患者さんを個室に隔離する
- トイレや洗面所を家族と共有して使用する場合は、患者さんが使用する度に消毒、換気をする。
- 患者さんと接触する場合は、出来るだけ距離をとる(1m~2m位)
- 必要以外の接触はなるべく避ける 等（※詳細は裏面をご参照ください）



【自宅療養で部屋を隔離する方法】

ご自宅でも養生シートと突っ張り棒があれば、一時的に隔離スペースを作ることができます。

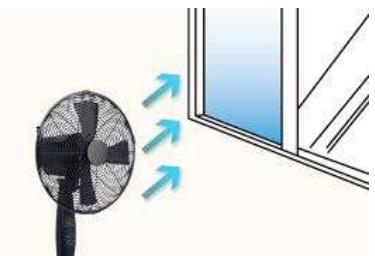


【隔離スペース準備品】

- 天井までの突っ張り棒
- 隔離スペース用養生シート
- 養生テープ

【隔離スペースの作り方】

- 突っ張り棒を天井と床にしっかりと固定する。
- 突っ張り棒と突っ張り棒の間に養生シートをはり、隙間が出来ないように養生テープでふさぐ。



【換気の注意点】

隔離した部屋の風通しが悪い場合、換気法の1つとして、扇風機を窓の外に向けて部屋の空気を外に出しましょう。

※注) 新型コロナウイルス感染症の情報は日々変わっています。厚生省の最新情報をごらんください。

今回の情報は、住まい通信作成時のものであることをご了承ください。（※詳細は裏面をご参照ください）

お問い合わせ等 お気軽に電話ください アシストホーム 046-877-1127