

新型コロナウイルス感染症に感染しない・させないために

1. 新型コロナウイルス感染症は、飛沫と接触により、感染すると言われています。

飛沫感染 感染者の飛沫（くしゃみ、咳、つばなど）と一緒にウイルスが放出され、他の方がそのウイルスを口や鼻などから吸い込んで感染します。

接触感染 感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、その手で周りの物に触れるとウイルスがつきます。他の方がそれを触るとウイルスが手に付着し、その手で口や鼻を触ると粘膜から感染します。

2. 新型コロナウイルス感染症に感染しない・させないために、日常生活の中で次の点に気をつけましょう！

- 「三密」（密集、密接、密閉）を避けましょう。できるだけ、そのような場所に行くことを避けていただき、やむを得ない場合には、マスクをするとともに、換気をする、大声で話さない、相手と手が触れ合う距離での会話は避ける、といったことに心がけてください。
- 手洗いや咳エチケット（咳やくしゃみをする際、マスクやティッシュ、ハンカチ、袖、肘の内側などを使って、口や鼻をおさえること）をお願いします。



密集回避



密接回避



密閉回避



咳エチケット



換気



のいきろう！
コロナとの生活を

県からのお願い その1 ～ コロナ禍でも適切に受診をしましょう ～

- 新型コロナウイルス感染症への感染の懸念から、全国的に医療機関への受診を控える傾向にありますが、過度な受診控えは、かえって健康上のリスクを高めてしまう可能性があります。
- コロナ禍でも健診や持病の治療、お子様の予防接種などの健康管理は重要です。
- 医療機関や健診会場では、換気や消毒でしっかりと感染予防対策をしています。
- 健康に不安があるときは、まずはかかりつけ医・かかりつけ歯科医に相談しましょう。（症状がある場合は、電話で相談をお願いいたします。）

- かかりつけ医への相談
- 乳児検診・予防接種
- 生活習慣病の健診・受診
- がん検診 など



県からのお願い その2 ～ 保健所の調査にご協力をお願いします ～

- 新型コロナウイルス感染症に感染した場合には、保健所の調査が実施されます。保健所の調査は、濃厚接触者や感染経路の特定など、感染拡大を防止する目的から、プライバシーに十分配慮したうえで実施されますので、県民の皆様方にはご協力をお願いします。
- 調査の際に過去の行動歴をおたずねしますが、症状が出てから2週間前までが対象となりますので、正確な行動歴を回答できるよう、普段から主な行動を記録するよう心掛けてください。
- 次のページには、記録の一例をお示ししていますので、ご自由にご活用ください。（この記録様式は県のホームページからダウンロードできます。）

