

壬生町からのお知らせ

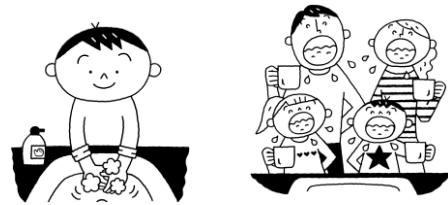
季節性インフルエンザウイルス及び 新型コロナウイルスの感染に注意しましょう

中華人民共和国湖北省武漢市において昨年12月以降新型コロナウイルス関連肺炎が発生し、その後国内でも感染者の拡大が報告されております。発熱やのどの痛み、せきが長引くこと(1週間前後)が多く、強いだるさ(倦怠感)を訴えることが多いことが特徴です。特に高齢者や基礎疾患のある方は重症化しやすい可能性が考えられます。季節性インフルエンザも流行中につきご注意ください。

📌 予防のポイント

1.うがい・手洗い

流水と石けんを使って15秒以上手を洗い、洗った後は水分を十分にふき取りましょう。特に外出した後や、口や鼻、目を触る前には手洗いを徹底しましょう。また帰宅後は十分うがいをしましょう。



2.マスクの着用

熱、咳、くしゃみなど症状がある方は他の人に移さないために、マスクをつけましょう。マスクは鼻部分をフィットさせ、口、あご、を覆うように固定しましょう。使い捨てマスクは使用後はすぐに捨て、使いまわさないようにしましょう。



3.適度な湿度を保つ

空気が乾燥するとのどの粘膜の防御機能が低下します。乾燥しやすい室内では加湿器などを使って、適切な湿度(50~60%)を保ち、またよく換気をしましょう。

4.外出・人ごみを避ける

コロナウイルスに限らず、風邪やインフルエンザが多い季節です。不必要な外出は控え、混雑した場所にはなるべく行かないようにしましょう。



裏面へ

◇◆こんな方はご注意ください◆◇

○発熱等風邪の症状がみられるときは、学校や会社を休んでください。
発熱等の風邪の症状が見られたら、毎日、体温を測定して記録してください。

○次の症状がある方は「帰国者・接触者センター」にご相談ください。

* 風邪の症状や 37.5℃以上の発熱が 4 日以上続いている（解熱剤を飲み続けなければならぬ時を含みます）

* 強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある

「帰国者・接触者センター」についてはコチラ



○重症化しやすい以下の人は症状が 2 日程度 で相談を

* 高齢者

* 糖尿病、心不全、呼吸器疾患の基礎疾患のある方や透析を受けている方

* 免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方

※妊婦の方も念のため早めに相談を

○●受診時のお願い●○
センターで勧められた医療機関のみを受診し、マスクの着用や手洗い、せきエチケットを徹底してください。

厚生労働省ホームページより抜粋（2020/2/18）

◆相談窓口◆

	相談機関	相談時間	電話番号
帰国者・接触者相談センター	県南健康福祉センター ※日本語以外で相談を希望される方はJ庁	平日 午前8時30分～ 午後5時15分 夜間・休日	0285-22-0302
	とちぎ外国人サポートセンター	火曜日～ 午前9時00分～ 土曜日 午後4時00分	028-627-3399
	厚生労働省相談窓口	平日・土日・祝日 午前9時00分～ 午後9時00分	0120-565653 (フリーダイヤル)
	壬生町健康福祉課 健康増進係	平日のみ 午前8時30分～ 午後5時15分	0282-81-1885

発行 壬生町民生部健康福祉課（2020/2/18）