

新型コロナウイルスにうつらない・うつさない

名張のご当地キャラ「ひやわん」が解説

新しい生活様式

政府の新型コロナウイルス対策専門家会議提唱

令和2年6月1日現在

出典

新型コロナウイルス感染症への長丁場の対応に備え、感染拡大を防止していくために日常生活で心がけたい「新しい生活様式」が厚生労働省HPで紹介されています。



<https://www.mhlw.go.jp/>

発熱や風邪の症状がなくても、自分が、知らん間に感染してたら、人にうつしてしまうかも…。だから、マスクはつけといてな。でも、夏は熱中症に要注意やで。



FACE MASK

- 外出時、屋内にいるときや会話するときは、症状がなくても着用を
- とっさの咳やくしゃみで、マスクがないときは、ハンカチや腕で口を覆う

手洗い



WASH!
WASH!

外でさわったものにウイルスがついてたら、かなわな。だから、細かいウイルスを落とすために、水と石けんで、あんじょう、洗いなアカンわて。

- 家に帰ったら、手や顔を洗う。すぐに着替える。シャワーを浴びる
- 手洗いは30秒ほどかけて、水と石けんで、こまめに、丁寧に

感染防止 3つの きほん



あんまり近寄ったら、しゃべる時に飛沫がかかったり、手が当たったりするから、ちゃんと「あいさ」をとってや。

人との間隔を空ける できれば2m(最低1m)

- 会話をするときは、可能な限り真正面を避けて
 - 遊びにいくなら、屋外も候補に(熱中症対策を忘れずに)
- ※飛沫(ひまつ) …口から出る小さな水滴

感染予防しながら、
ぼちぼちいきましょに。



注意

- マスク着用で、のどの渇きを感じにくくなり、熱中症の危険が。こまめに水分補給を
- 2歳未満にマスクは不要(窒息の可能性が高い)
- エアコンには、換気機能がないものも多いので、定期的な換気を心がけて



仕事も大切やけど、熱があるときは、しっかり休んでや。

移動に関する感染対策

- 最新の感染状況に注意する
- 感染流行地域への移動を避ける
- 感染流行地域から人を呼ぶことを避ける
- 発症した時のため、誰とどこで会ったかをメモしておく



遠くに行かなくても、近場でええところ、ぎょうさんあるで。

働き方の新スタイル

- テレワークやローテーション勤務
- 時差通勤でゆったりと
- オフィスはひろびろと
- 会議や名刺交換はオンラインで
- 対面での打合せは換気とマスク



新型コロナウイルス感染症に関する相談

帰国者・接触者相談センター

呼吸困難、強いだるさ、高熱などの強い症状のある場合や、高齢者や糖尿病などの基礎疾患がある人で発熱や咳などの風邪症状が続く場合は、すぐにご相談を。

伊賀保健所 ☎ 24・8070

午前9時～午後9時(土・日曜日、祝日も可)
※午後9時から翌朝午前9時まで、三重県救急医療情報センター(☎059-229-1199)

一般的なお問い合わせ先 伊賀保健所でも受付

三重県 ☎ 059・224・2339

聴覚障害のある人など ☎ 059・224・2344
FAX ☎ 059・224・2344
✉ yakumus@pref.mie.lg.jp

厚生労働省 ☎ 0120・565653

午前9時～午後9時(土・日曜日、祝日も可)



サギにはホンマに気をつけて。

- 市や金融機関などが、給付金の給付のために、ATMの操作や手数料の振込みを求めることは絶対にありません。
- 市や金融機関などが、キャッシュカードの暗証番号を電話で聞き出したり(同封させたり)、カードを預かりに行くことは絶対にありません。
- 注文した覚えのないマスクや消毒液などが届いたら、消費者ホットラインへ

名張警察署 ☎ 62・0110

消費者ホットライン ☎ 188番



みんなへの思いやりを忘れやんとこ。

ウイルス感染は、今日にも自分や大切な家族にも起こりうる。偏見や差別につながる行為、人権侵害、誹謗中傷、いじめなどは絶対にしないでください。うわさや不確かな情報に惑わされず、冷静な行動をお願いします。

みんなの人権110番

☎ 0570・003・

平日午前8時30分～午後5時15分

「新しい生活様式」の基本的行動パターン

- 外出控え
- 密集回避
- 密接回避
- 密閉回避
- 換気
- 咳エチケット
- 手洗い

拡散希望 このページを抜き取って、皆さんのお宅や店舗などに、しばらくの間(最新情報に注意しながら)、貼っておいてだあこ。

