

## 新型コロナウイルス

これまでに人に感染する「コロナウイルス」は7種類見つかっており、その中の一つが昨年12月以降に問題となっているいわゆる「新型コロナウイルス(SARS-CoV2)」です。このうち、4種類のウイルスは一般の風邪の原因の10~15%(流行期は35%)を占め、多くは軽症です。残りの2種類のウイルスは、2002年に発生した「重症急性呼吸器症候群(SARS)」や2012年以降発生している「中東呼吸器症候群(MERS)」です。コロナウイルスはあらゆる動物に感染しますが、種類の違う他の動物に感染することは稀です。また、アルコール消毒(70%)などで感染力を失うことが知られています。

## 新型コロナウイルス

に感染しないようにするには…



## 咳エチケットを守ろう

電車や職場、学校など人込みでは特に気を付けましょう

**悪**



くしゃみや咳を手でおさえる



何もせずにくしゃみや咳をする

**良**



マスクを着用する

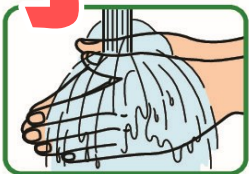


ティッシュ・ハンカチで口や鼻を覆う



上着の内側や袖で覆う

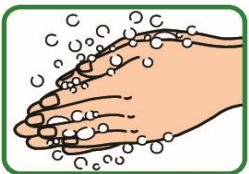
## 手洗いを徹底しよう



1 まず手指を流水でぬらす



2 石けん液を適量手の平に取り出す



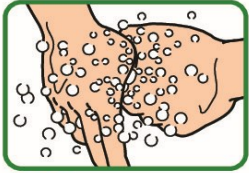
3 手の平と手の平を擦り合わせよく泡立てる



4 手の甲をもう片方の手の平でもみ洗う(両手)



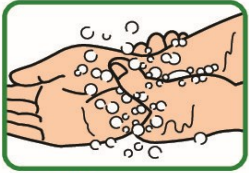
5 指を組んで両手の指の間をもみ洗う



6 親指をもう片方の手で包みもみ洗う(両手)



7 指先をもう片方の手の平でもみ洗う(両手)



8 両手首までていねいに もみ洗う



9 流水でよくすすぐ



10 ペーパータオルでよく水気を拭き取る

## 外出を控えよう

換気が悪く、不特定多数が接触する空間には注意が必要!

集団感染を出さない為にも人込みや不必要な外出は避けましょう

スポーツジム、ライブハウス、ビュフェスタイルの会食、雀荘、密閉された仮設テントなどでは、1人の感染者が複数に感染させた事例が報告されています。



〈お問合せ先〉

訪問看護ステーションひばり

〒359-0021 埼玉県所沢市東所沢1-11-6 イースト102

☎ : 04-2951-3667

関連施設：東所沢病院