

# 新型コロナウイルス感染症

## Q & A

### よくあるご質問

新型コロナウイルス感染症について、経験や知識、情報も増え、取り巻く環境も変化し続けています。しかし、緊急事態宣言の解除は感染症の終息ではなく、引き続き一人一人の感染予防策の徹底が何よりも大切です。一つの波を乗り越えた今だからこそ、市民の皆さんに改めて知っていただきたいことを、よくあるご質問とともにまとめました。ご不安やお困りごとがあれば、いつでもご相談ください。問い合わせ＝健康増進課（559-6155 FAX 559-5705）


※掲載内容はすべて5月26日現在の情報です。最新の情報は、市ホームページ「新型コロナウイルス感染症【関連情報一覧】」（右記二次元コード）をご覧ください。




#### Q 新型コロナウイルス感染症はどのように感染するの？

**A** 現時点では、飛沫感染（ヒトからヒト）と接触感染（モノからヒト）の2つと言われていいます。

##### ■ 飛沫感染

 くしゃみや咳、つばなどを口や鼻から直接吸い込んで感染します。※換気の悪い環境下では咳をしなくても感染します

##### ■ 接触感染

 ウイルスが付着したドアノブや手すりなどに触れた手で自身の口や鼻に触れることで感染します。※くしゃみや咳を押さえた手で周囲の物に触れると、ウイルスが物に付着します

#### Q 一人一人ができる感染予防策はどんなこと？

**A** 飛沫感染を防ぐためには、人混みを避け、できるだけ2メートル以上の距離（身体的距離）をとりましょう。

##### ■ 自分自身が感染しないために

- 帰宅時、調理の前後、食事前などのこまめな手洗い
- 密閉・密集・密接を避ける
- 十分な睡眠と規則正しい食事などの健康管理に努める



##### ■ 誰かにうつさないために

- 症状があるときは、学校、会社を休み外出を控える
- マスクの着用などの咳エチケットを徹底する



#### Q 消毒液が手に入らない。どうすれば消毒できる？

**A** 手指の消毒には丁寧な手洗い、身のまわりの物の消毒には塩素系漂白剤が有効です。

##### ■ 十分な手洗い（30秒以上）

石けんで10秒もみ洗い後、流水で15秒すすぐ。

##### ■ 塩素系漂白剤（濃度0.05%に薄めて拭く）

必ず換気し、手袋を着用して行う。※手指消毒には使用しないでください



◀ 作り方は厚生労働省ホームページ

#### Q 新型コロナウイルス感染症の症状かも？心配なときは？

**A** 下記「相談・受診の目安」に該当するときは、「帰国者・接触者相談センター」にご相談ください。

##### 【帰国者・接触者相談センター】

 **0797-62-7304**  
\*平日9時～17時30分

休日・夜間は、24時間対応コールセンター  
**(078-362-9980 FAX 078-362-9874)**


##### ■ 相談・受診の目安

###### 一般の人・子ども

- 息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、高熱等のいずれかがある場合
- 発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続く場合

###### 高齢者・基礎疾患(\*)のある人・妊婦

- 比較的軽い風邪の症状がある場合
- \*糖尿病・心不全・呼吸器疾患(COPD等)のある人、透析を受けている人、免疫抑制剤や抗がん剤を用いている人


 重症化の可能性があるため、症状を感じたらすぐにご相談を。

上記の目安はあくまでも帰国者・接触者相談センターに相談する目安を示すものです。症状の聞き取りから感染を強く疑う場合には、帰国者・接触者外来（場所は非公表）が紹介され、医師の判断のもと必要な検査を行います。


#### Q 子どものいる家庭で特に気を付けることは？

**A** 子どもは家庭内で感染していることが多いとの報告があるため、まずは家庭内での感染予防が大切です。

##### ■ まずは家族みんなで予防

 手洗い、咳エチケットなどの基本的な感染予防策を行うとともに、外出時は密閉・密集・密接した場面を避けてください。


##### ■ 症状があればすぐに電話を


 水分や食事が摂れない、ぐったりしているなど受診に迷う場合は、速やかにかかりつけ小児医療機関に電話し、受診について相談してください。

#### Q 暑さが厳しくなる時期に、特に気を付けることは？

**A** これからの時期は、感染症予防に加えて、熱中症対策が必要です。

##### ■ 特にお気をつけください

 マスクを着用したままの激しい運動は避けましょう。

 エアコン使用時は、定期的に2方向の窓を開けるなどの換気を行い、密閉空間にならないよう努めましょう。

#### Q 緊急事態宣言が解除されたら、感染予防策は必要ない？

**A** 「新しい生活様式」に基づいた感染予防策の徹底はこれからも必要です。



▲新しい生活様式

##### ■ 自分を守り、周りの人を守る

今後も▼身体的距離の確保▼マスクの着用▼手洗いなどの基本的な感染予防策の実施とともに、不要不急の外出を控え、密閉・密集・密接した場面を避けましょう。

新型コロナウイルス感染症は、発症の2日前から発症後7～14日間に他の人への感染力があるといわれています。感染した人の約8割が軽症で軽快する一方で、高齢者や基礎疾患のある人は重症化の可能性がある病気です。誰もが誰かの重症化を引き起こしてしまう可能性を考え、行動しましょう。



##### 熱中症？感染症？

身体のだるさ（倦怠感）、頭痛、体温の上昇など、熱中症か感染症か症状の判断に迷う場合は、すぐにかかりつけ医や帰国者・接触者相談センターへご相談を

##### ■ 熱中症の場合は以下の対処法で症状が軽快する可能性があります

- 症状がある場合、まず次のことを試してください。
- 涼しい場所に移動し、衣服をゆるめ、身体を冷やし、水分と塩分を補給
- 首やわきの下、太ももの付け根を冷たいタオルやペットボトル、保冷剤などで冷やす

- ◆自分で水分を摂れない場合は、医療機関へ
- ◆意識がない、痙攣などの重症の場合は救急車を