令和２年４月２３日集約版

新型コロナウイルス 感染症対策について

３月３０日に五所川原保健所管内で、４月７日と９日には青森市（勤務先が五所川原市）で感染者が確認されています。

また、４月７日、国の緊急事態宣言が発出されましたが、正確な情報に基づき、冷静な対応を心がけてくださるようお願いします。

特定警戒都道府県　東京・神奈川・千葉・埼玉・大阪・兵庫・福岡
北海道・茨城・石川・岐阜・愛知・京都

実　施　期　間　4月7日(火)～5月6日(水)

・特定警戒都道府県との往来、都道府県をまたぐ不要不急の移動について、自粛をお願いします。

・特定警戒都道府県から移動して来た方には、２週間の間、外出自粛、検温などの健康観察をお願いします。

町の公共施設の利用制限について

感染拡大を防止するため、次のとおり利用を制限します。
皆様のご理解とご協力をお願いします。

期間　４月１５日（水）～５月６日（水）

施設　国際交流会館、農村環境改善センター「豊明館」、公民館（図書室を含む）
　・５０人以上の人が集まる集会
　・不特定多数の人が集まるイベントへの貸し出し

体育センター、武徳館、鶴寿公園テニスコート、町営野球場
　・一般の方の利用（町小・中学校部活動、町体育協会の利用を除く）

鶴の里ふるさと館、歴史文化伝承館
　・臨時閉館します

ーご心配やご不明な点があれば、まずはお問い合わせくださいー

《感染について心配がある方》

厚生労働省電話相談窓口	**電話０１２０－５６５６５３**
帰国者・接触者相談センター（五所川原保健所）	**電話０１７３－３４－２１０８**

《健康面・予防方法について心配がある方》

電話相談窓口（青森県）	**電話０１２０－１２３－８０１**
役場　健康保険課	**電話２２－２１１１**

鶴　田　町

新型コロナウイルスQ&A

令和2年2月22日時点版

心配な時には

Q1 風邪のような症状があり心配です。どうしたらいいですか？

A 発熱などの風邪の症状があるときは、学校や会社を休むなど、外出を控えてください。
毎日体温を測定して記録しましょう。

Q2 感染したかも？と思ったらどうしたらいいですか？

A 以下の場合には、最寄りの保健所等にある「帰国者・接触者相談センター」に電話で相談しましょう。

❶ 風邪の症状や37.5度以上の熱が4日以上続く

❷ 強いだるさや息苦しさがある

・重症化しやすい高齢者や基礎疾患がある方に加えて、念のため妊婦さんは、こうした状態が2日程度続いたら相談しましょう。

・症状がこの基準に満たない場合には、かかりつけ医や近隣の医療機関にご相談ください。

Q3 最寄りの保健所等（帰国者・接触者相談センター）に相談するとどうなりますか？

A 電話での相談を踏まえて、感染の疑いがある場合には、必要に応じて、新型コロナウイルス感染症患者の診察ができる「帰国者・接触者外来」を確実に受診できるよう調整します。

予防について

Q4 新型コロナウイルスにはどうやって感染しますか？

A 現時点では、飛沫感染と接触感染の2つが考えられます。

❶ 感染者のくしゃみや咳、つばなどの飛沫による「飛沫感染」

❷ ウイルスに触れた手で口や鼻を触ることによる「接触感染」

Q5 感染予防のためにできることはなんですか？

A 以下のことを心がけましょう。

❶ 石鹸やアルコール消毒液などによる手洗い

❷ 正しいマスクの着用を含む咳エチケット

❸ 高齢者や持病のある方は公共交通機関や人込みを避ける

医療機関を受診するとき

Q6 医療機関を受診するときに気を付けることはありますか？

A 複数の医療機関を受診せず、「帰国者・接触者相談センター」等から紹介された医療機関（「帰国者・接触者外来」など）を受診してください。受診するときは、マスクを着用し、手洗いや咳エチケットを徹底してください。

新型コロナウイルスについて

Q7 感染しても症状が出ない人がいますが、その人からも感染しますか？

A 現状では、はっきりしたことはわかっていません。通常、肺炎などを起こすウイルス感染症の場合、症状が最も強く現れる時期に、他者へウイルスをうつす可能性も最も高くなると言われています。

鶴　田　町

感染症対策へのご協力をお願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、
「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

①手洗い

正しい手の洗い方

手洗いの前に
・爪は短く切っておきましょう
・時計や指輪は外しておきましょう

1. 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。
2. 手の甲をのばすようにこすります。
3. 指先・爪の間を念入りにこすります。
4. 指の間を洗います。
5. 親指と手のひらをねじり洗いします。
6. 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

②咳エチケット

3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まるところでやろう

- ✕ 何もせずに咳やくしゃみをする
- ✕ 咳やくしゃみを手でおさえる
- ○ マスクを着用する（口・鼻を覆う）
- ○ ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う
- ○ 袖で口・鼻を覆う

正しいマスクの着用

1. 鼻と口の両方を確実に覆う
2. ゴムひもを耳にかける
3. 隙間がないよう鼻まで覆う

※ハンカチ等でのマスクの作り方は、ホームページやチラシを参考にしてください。

鶴　田　町

3つの密を避けましょう

《感染経路の特徴》

国内では、様々な場所において、小規模に複数の患者が発生している例が見られます。

3つの条件がそろう場所が集団（クラスター）発生のリスクが高い!!

※3つの条件のほか、共同で使う物には消毒などを行ってください。

町民の皆さまへのお願い

○換気が悪く、人が密に集まって過ごすような空間に集団で集まることをなるべく避けてくださるようお願いします。

○過剰に心配することなく、不要不急の外出を控えながら、手洗いや咳エチケットなどの感染症対策に努めてくださるようお願いします。

○一人ひとりの行動が、感染防止につながりますので、ご協力をお願いします。

万一、ご家族に新型コロナウィルス感染が疑われる場合

①部屋を別けましょう
②感染者のお世話はできるだけ限られた方で
③マスクをつけましょう
④こまめに手洗い、アルコール消毒をしましょう
⑤換気をしましょう
⑥手で触れる共有部分を消毒しましょう
⑦汚れた寝具、衣服を洗濯しましょう
⑧ゴミは密閉して捨てましょう

万一、感染が疑われる場合

・まずは、五所川原保健所に相談してくだるさようお願いします。
・病院を受診する際にも事前に電話連絡し、マスク着用で受診してくださるようお願いします。

鶴　田　町