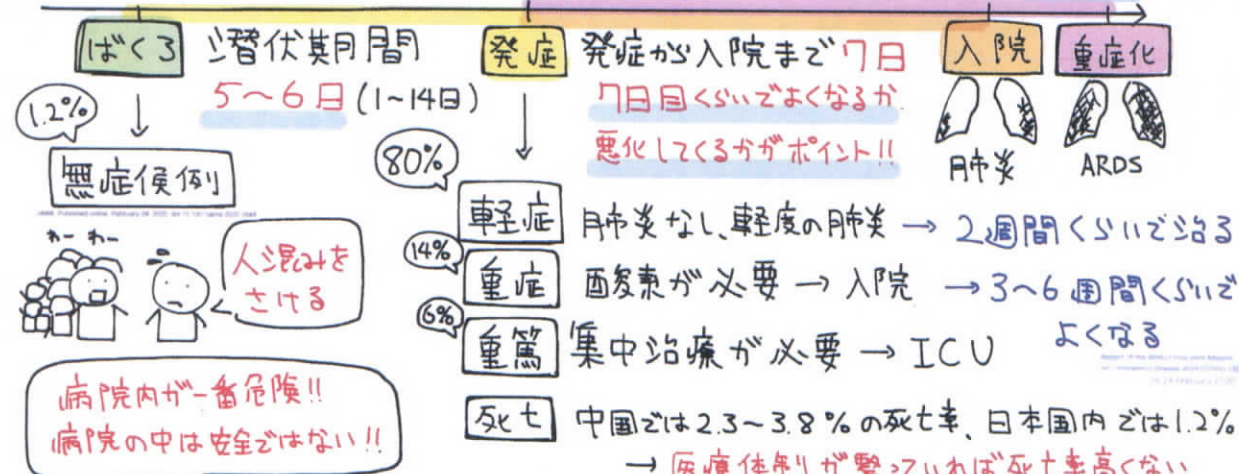
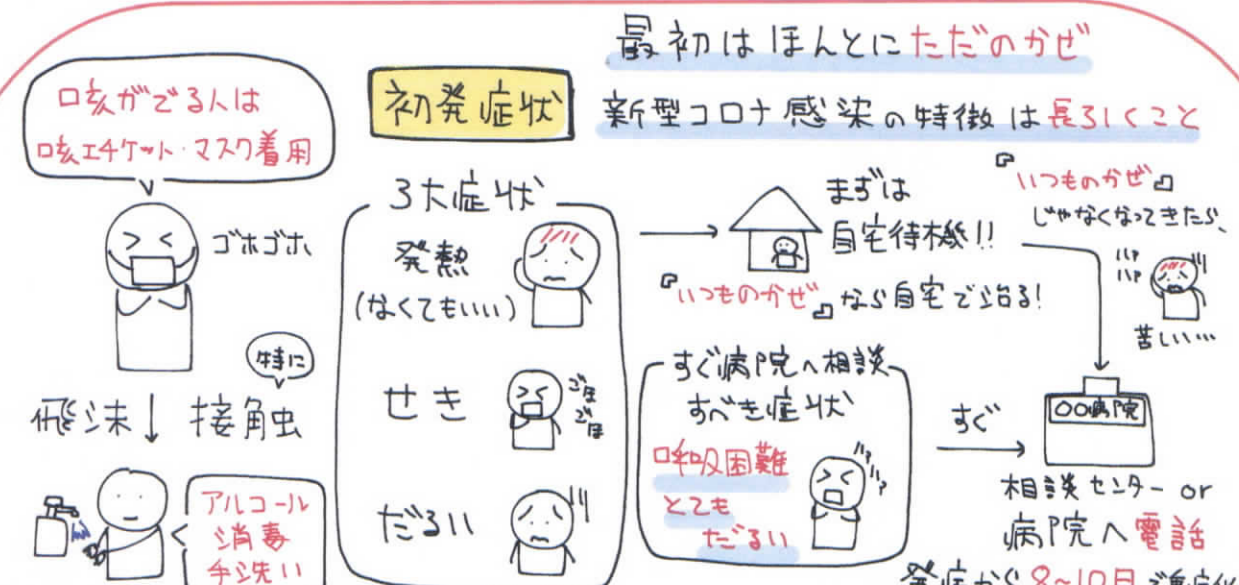


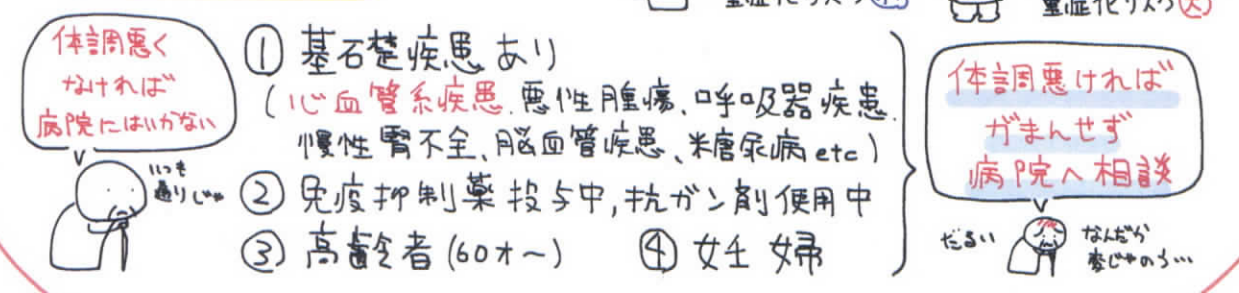
新型コロナウイルス感染症を正しく知ろう

諏訪中央病院の玉井道裕先生が作成された「新型コロナウイルス感染をのりこえるための説明書」から、感染症を正しく知るためのポイントをまとめてみました。みんなで学んで、しっかり予防し、命を守っていきましょう。

<新型コロナウイルス感染症って こんな病気>



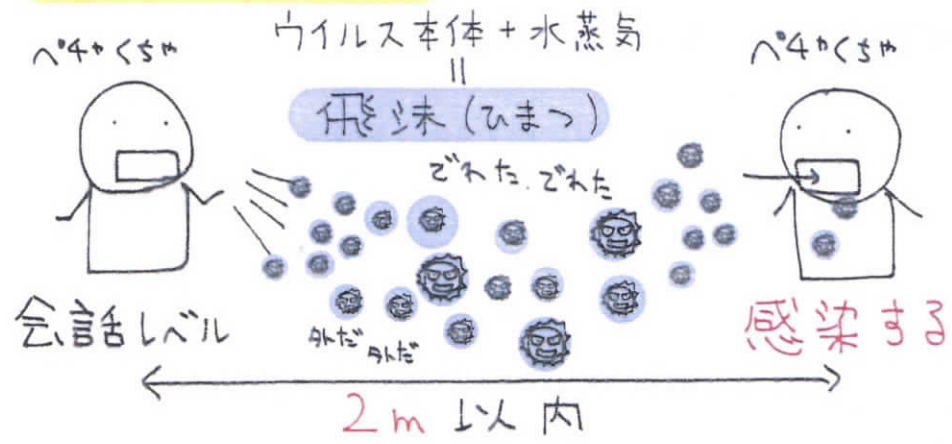
<注意すべき人々>



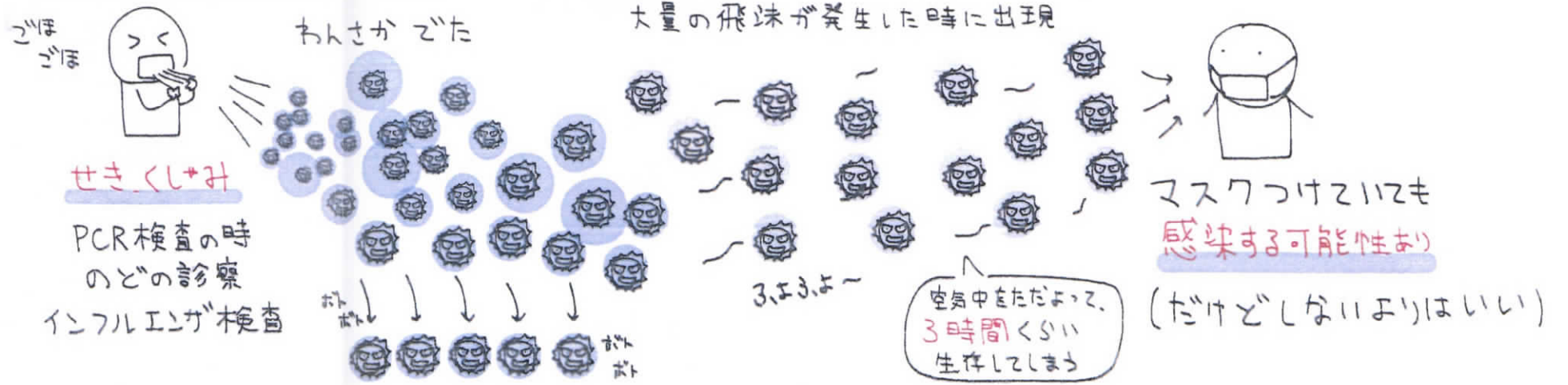
出典：新型コロナウイルスをのりこえるための説明書
新型コロナウイルスをのりこえるための説明書 続
玉井道裕先生 (諏訪中央病院)



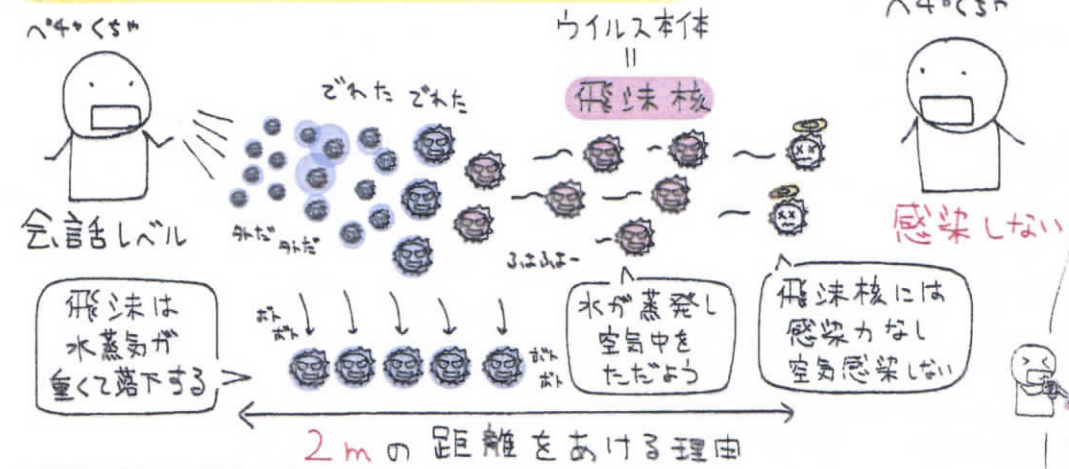
飛沫感染とは



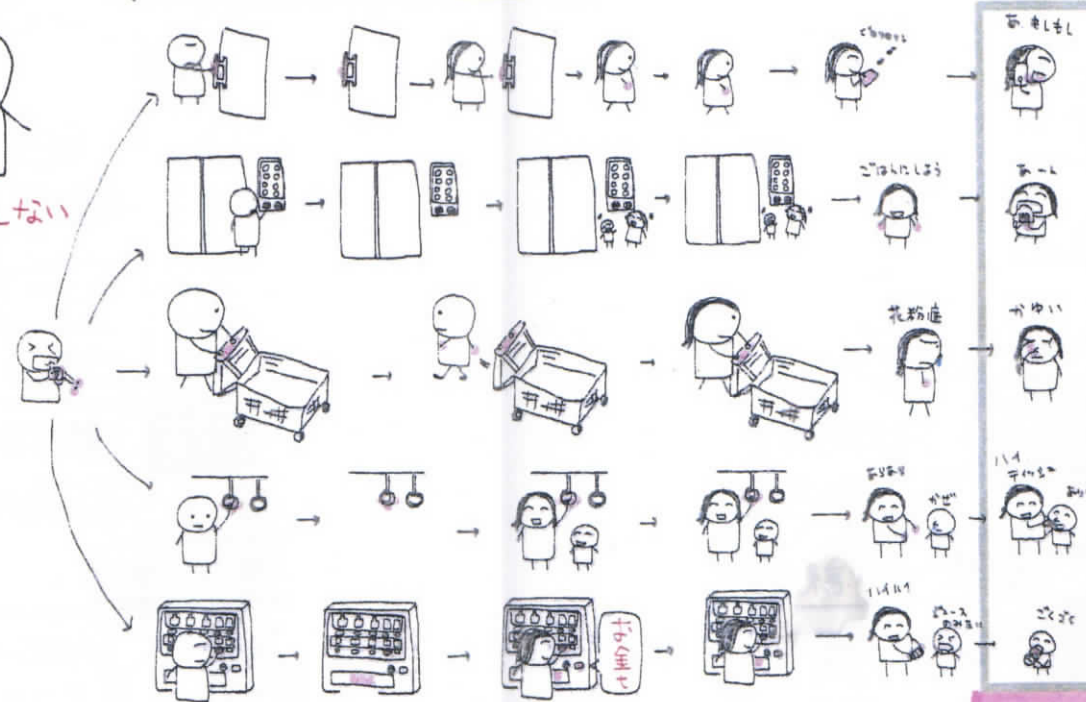
エアロゾル感染とは



飛沫核感染 (空気感染)とは

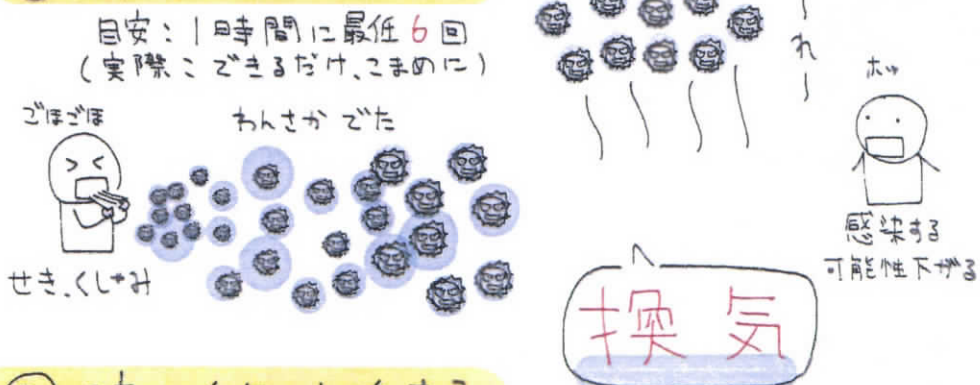


接触感染とは

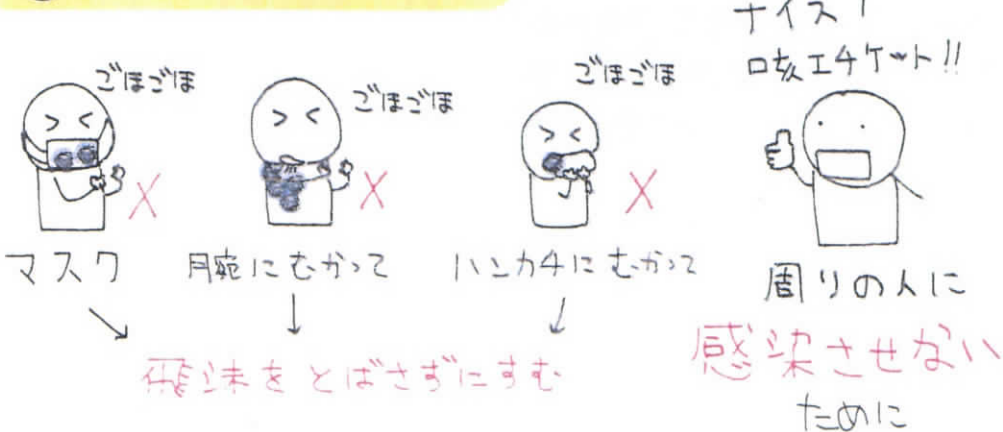


予防法

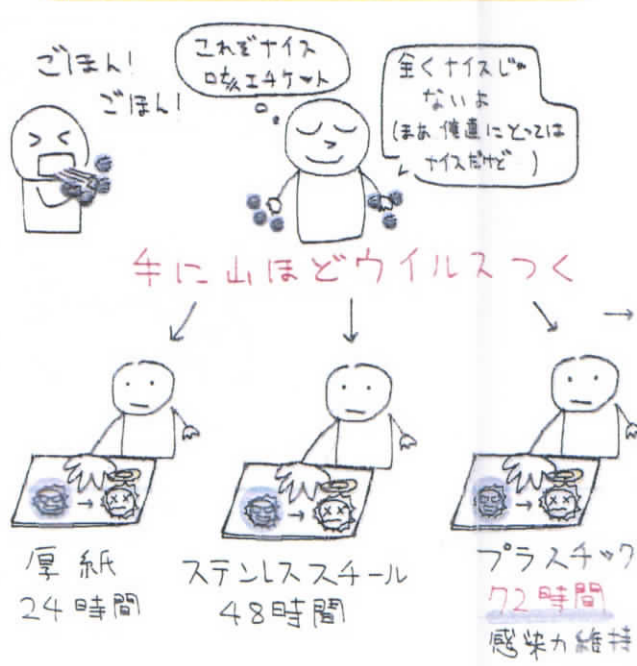
- ① 室内の空間をさける (3密空間の回避)
- ② 換気をこまめにする



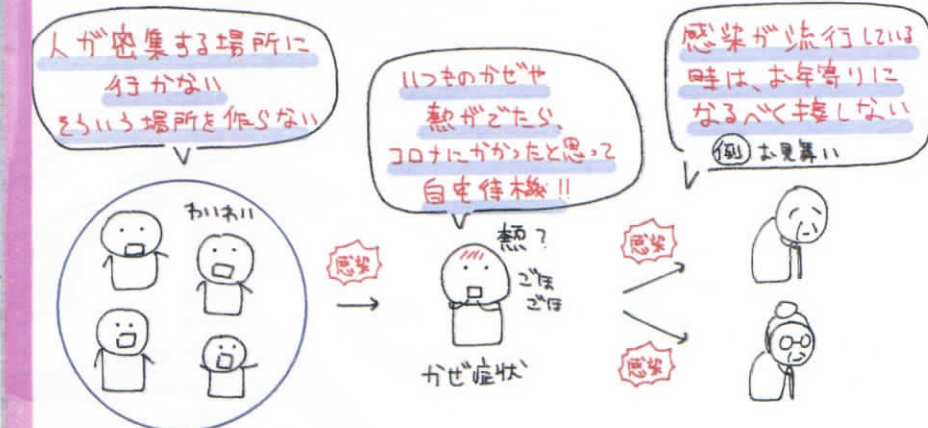
咳エチケットをする



手に咳きふきかけると



予防法まとめ



予防のために心がけること

- ① 家の外で余計なものにさわらない → さわったら手洗い
- ② 食卓の前には必ず手洗い
- ③ 感染しそうな場所には近づかない → 多人数・換気悪い・人との距離が近い

何らかの症状があった時に心がけること

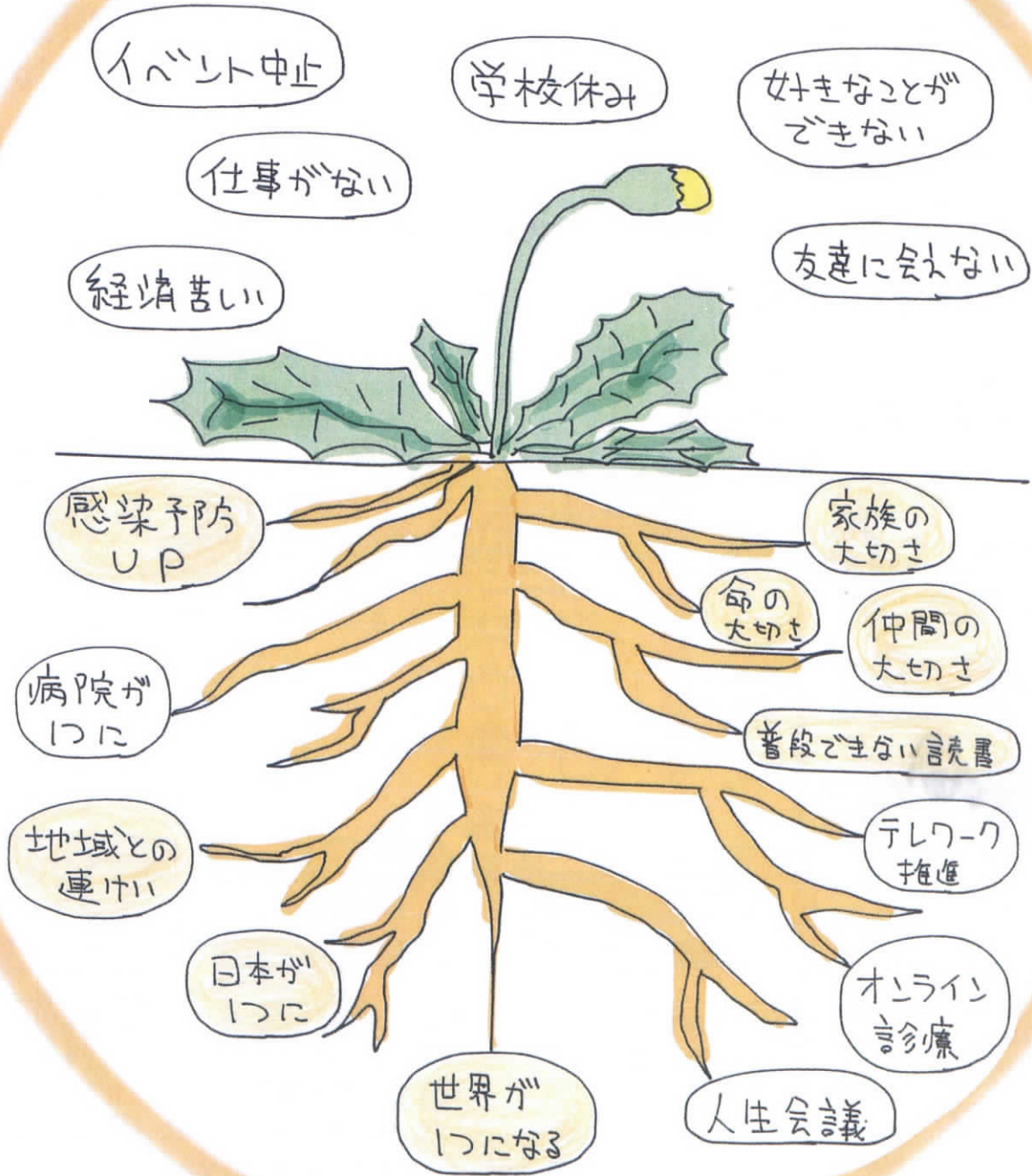
- ① 仕事は休む (まず上司に相談)
- ② マスクをする (なければハンカチで代用)
- ③ 極力、家から出ない → 11つまで自宅待機が基本
- ④ ケースバイケース (医師と相談)
- ⑤ 体温を朝・夕・晩測る
- ⑥ 自分の行・た場所をメモしておく
- ⑦ 4日以上熱がでたり呼吸苦があれば、相談センターへ電話

お年寄りや病気がある人が家庭内にいる場合心がけること

- ① 家の中にウイルスを持ちこまない → 家に入る前にアルコール消毒
- ② 定期的な薬は家族がとりに行く
- ③ 自分の地域で感染が流行していたら、祖父母とは家の中の生活スペースを分ける
- ④ 体調不良があれば、早めにかかりつけ医に電話で相談

自分が感染しないために
手洗いアルコール消毒を

花を咲かせられないのなら根を伸ばす



あなたは、どんな根をのばしますか