

# 新型コロナウイルス感染症 あわてず対策を

中国湖北省武漢市において、昨年12月以降、新型コロナウイルス関連肺炎の発生が報告されており、2月17日現在、県内においても1名の感染が判明しています。今回の広報では、新型コロナウイルス感染症の特徴と感染しないための対策についてご紹介します。(町ホームページにも関連情報を随時更新し、掲載しています)



なかぐち 中口保健師

しっかり手洗いが感染を防ぐ基本です

- 予防方法は？**
- 季節性インフルエンザと同様に「飛沫感染」、「接触感染」といった感染経路を断つことが大事です。
  - 人が多く集まる場所から帰ってきたときは、手洗い、うがいを心がけ、アルコールを含んだ消毒液で手を消毒しましょう。
  - 免疫が落ちている場合に感染しやすいので、栄養と睡眠を充分にとり、体調を整えましょう。
  - ウイルスは、乾燥している環境で増殖するため、室内は加湿器などを使い、湿度を50〜60%に保ちましょう。

## 正しい手洗いの方法

手洗いの時間は30秒から1分程度が目安です。時計や指輪は外すか、ずらしながら洗いましょう。



いちはら 垣内保健師

過剰に反応せず  
季節性インフルエンザと同じ対応を

## 新型コロナウイルス感染症の特徴は？

これまでにヒトで感染が確認されていなかった新種のコロナウイルスが原因と考えられる感染症です。特徴は表①のとおりで、感染予防対策については、「有効なワクチンはない」とされていますが、過剰に心配することなく、季節性インフルエンザと同様にアルコール消毒や、手洗い、マスクの着用、せきエチケットの徹底を行うこととされています。

これまでに知られている肺炎と同様に、高齢者や糖尿病などの持病がある人などは、重症化する恐れを否定できないことから、周囲の人を含めて十分に注意をすることが大切です。

表①各ウイルスの比較

	新型コロナ ウイルス	重症急性呼 吸器症候群 (SARS)	インフル エンザ
感染者数	7万人以上	約8千人	1000万人 (国内・毎年)
潜伏期間	1～12.5日	2～10日	1～2日
致死率	調査中	約10%	約0.1% (国内)
主な症状	肺炎、倦怠感、 発熱	発熱、下痢	高熱、せき、 腹痛、関節痛

※新型コロナウイルスについては2月17日現在の情報です

## 帰国者・接触者相談センター

- ① 風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている
  - ② 強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある
  - ①②の症状がある方が、適切に医療機関を受診できるよう、帰国者・接触者相談センターが県内各保健所に設置されました。帰国者・接触者相談センターでは、必要に応じて「帰国者・接触者外来」へ確実に受診できるよう調整します。
- 【開設時間】** 午前9時～午後9時(毎日)
- 熊野保健所 (☎0597-89-6115)
- ※上記以外の時間は、三重県救急医療情報センター(☎059-229-1199)で対応します。
- ※2月17日現在の情報です。今後の状況により条件などが変更となる場合があります。

## 相談窓口は？

新型コロナウイルス感染症に関連した電話相談窓口が次のとおり開設されています。

- 【開設時間】** 午前9時～午後9時(毎日)
- 厚生労働省 (☎0120-565-653)
  - 三重県庁 医療保健部 薬務感染症対策課 (☎059-224-2339)
  - 熊野保健所 (☎0597-89-6115)

## 新型コロナウイルス感染症情報のLINE公式アカウントが開設

新型コロナウイルスの発生状況や予防法などの情報を確認することができます。



新型コロナウイルス感染症情報

## せきやくしゃみができるときは？

### せきエチケットを心がけましょう

せきやくしゃみが出るときは、飛沫にウイルスを含んでいるかもしれないので、次のような咳エチケットを心がけましょう。

- マスクを着用する。
- ティッシュなどで鼻と口をおおう。
- とっさのときは袖や上着の内側でおおう。
- 周囲の人からなるべく離れる。



ハンカチなどでおおう      マスクをする      袖でおおう

## 感染経路は？

感染経路は主に「飛沫感染」と「接触感染」の2種類があります。

飛沫感染は、感染した人がせきやくしゃみをする、ウイルスが飛散し、それを周囲の人が吸い込むことで、体内に入り込むことです。

また、感染した人が、ドアノブなどにふれた後、そこを別の人がさわ、口や鼻にふれることで粘膜などを通じ、ウイルスが体内に入り込むことを接触感染といいます。

空気感染はしないと  
言われています



さとの なつこ 峪中保健師