



# 新型コロナウイルスを防ぐには

## 新型コロナウイルス感染症とは

発熱やのどの痛み、咳が長引くこと（1週間前後）が多く、強いだるさ（けんたいかん倦怠感）を訴える方が多いことが特徴です。

感染しても軽症であったり、治る例も多いですが、季節性インフルエンザと比べ、重症化するリスクが高いと考えられます。重症化すると肺炎となり、死亡例も確認されているので注意しましょう。

特にご高齢の方や基礎疾患のある方は重症化しやすい可能性が考えられます。新型コロナウイルスは<sup>ひまつ</sup>飛沫感染と接触感染により感染します。空気感染は起きていないと考えられていますが、閉鎖した空間・近距離での多人数の会話等には注意が必要です。

飛沫感染	感染者の飛沫（くしゃみ、せき、つばなど）と一緒にウイルスが放出され、他の方がそのウイルスを口や鼻などから吸い込んで感染します。
接触感染	感染者がくしゃみやせきを手で押さえた後、その手で周りの物に触れるとウイルスがつきます。他の方がそれを触るとウイルスが手に付着し、その手で口や鼻を触ると粘膜から感染します。

## 日常生活で気を付けること

まずは手洗いが大切です。外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などにこまめに石けんやアルコール消毒液などで手を洗いましょう。

せきなどの症状がある方は、せきやくしゃみを手で押さえると、その手で触ったものにウイルスが付着し、ドアノブなどを介して他の方に病気をうつす可能性がありますので、せきエチケットを行ってください。

持病がある方、ご高齢の方は、できるだけ人込みの多い場所を避けるなど、より一層注意してください。

発熱等の風邪の症状が見られるときは、学校や会社を休んでください。

発熱等の風邪症状が見られたら、毎日、体温を測定して記録してください。

## こんな方はご相談ください

次の症状がある方は「帰国者・接触者相談センター」に必ずご相談ください。  
適切な相談をせずに自己判断で、医療機関を受診することは、かえって感染のリスクを高めることにつながる可能性があります。

風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている  
（解熱剤を飲み続けなければならないときを含みます）

強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある

※ 高齢者や基礎疾患等のある方は、上の状態が2日程度続く場合



センターでご相談の結果、新型コロナウイルス感染の疑いのある場合には、専門の「帰国者・接触者外来」をご紹介します。マスクを着用し、公共交通機関の利用を避けて受診してください。

聖籠町に在住の方は、次の窓口が「帰国者・接触者相談センター」になります。

新発田保健所 医薬予防課	☎0254-26-9651 （受付時間 平日 8時30分～17時15分） 夜間・土日祝は、警備員室につながります。緊急の場合は電話番号をお伝えいただき、担当から折り返しご連絡します。
新潟県福祉保健部 健康対策課	☎025-280-5200 （受付時間 土・日・祝 9時～17時）



※十分な準備の下、帰国者・接触者外来を受診していただくため、出来るだけ平日の早めの時間にお電話くださるようお願いいたします。

その他、ご自身の症状に不安がある場合など、一般的なお問い合わせについては、こちらの窓口にご相談ください。

厚生労働省相談窓口	☎ 0120-565653（フリーダイヤル） （受付時間 9時～21時 土日・祝日も実施） 聴覚に障害のある方をはじめ、電話でのご相談が難しい方 FAX 03-3595-2756
-----------	--

町では、今後も新潟県や厚生労働省・各関係機関と密に連携しながら迅速で正確な情報提供に努めてまいります。町民のみなさまにおかれましても、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

お問い合わせ

聖籠町保健福祉課 ☎0254-27-6511

（受付時間 平日 8時30分～17時15分）