

# 新型コロナウイルスと疑われた方 一緒に暮らす方へ

# 10のポイント



## 健康観察

### 1日2回、体温測定と症状の確認



- 発熱 のど痛 咳 頭痛 関節痛 筋肉痛 味覚障害 嗅覚障害

感染者は症状がひどくなった時

濃厚接触者である同居人は症状がでた時



保健所へ連絡

# 1

### 外出しない、訪問者を家に入れない

食事は宅配の利用を検討する。

生活必需品の買い物でやむなく外出する時はマスクをする。

友人知人に頼める場合は、玄関前に置いておいてもらうなどし対面しない。



訪問者との食事会

# 2

### 部屋をわける

食事や寝る部屋も別々にする。

感染者は部屋から出ない。

部屋を分けられないときは、  
感染者から2m以上距離を保つ



部屋を分ける

食事は部屋前に置く

※ウイルスの粒子(飛沫)は口から出たあと約2m飛んで床に落ちる

# 3

### 感染者のケアをする人を1人に絞る

持病(心臓、肺、腎臓の病気、糖尿病)がある人、免疫の低下した人、妊婦等は避ける。

感染者に直接接触するときには手袋マスクを着用し、触れたあと石鹸手洗いをする。

# 4

## □ 食事は時間と空間を分け、感染者はなるべく料理しない



食事中は、マスクを付けていないためウイルスが移りやすく危険！

向かい合って食べない

食器を共有せず、感染者の食事は別の皿に取り分けておく。

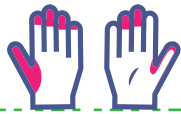
洗浄は通常どおりでよい。

感染者がどうしても料理せざるをえない時は手袋をつけ直接料理に触れない。

# 5

## □ 感染者も同居人もこまめに石鹸で手洗いする

洗い残しに注意！



アルコール消毒または20秒間の石鹸手洗いで新型コロナウイルスは消える

## □ タオルは共有しない

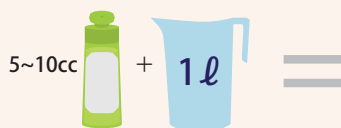
# 6

## □ 感染者が手でよく触れる場所を消毒

1日1回以上消毒する（ドアノブ、スイッチ、テーブル、リモコン等）

トイレは使用后すぐに消毒し、タオルは共有しない。

台所用合成洗剤＋ぬるま湯



消毒液



拭き掃除（環境消毒）



# 7

## □ マスクは感染者と同居人全員が着用する

マスクを外すときは、表面に触れず耳のゴムを持ってはずします。

すぐにビニール袋に入れて捨て、その後は必ず石鹸で手を洗う。



## 8 感染者は一番最後に入浴し、触れたものを消毒して出る

シャワーヘッドなど、手が触れる場所は消毒して浴室を出る。

タオルを共有しない



## 9 洗濯は通常通り

ただし、ケアする人が感染者のリネン・衣類に触れる時は、出来る限りマスクと手袋をつける。



## 10 部屋を換気する ゴミは密閉して捨てる

**ゴミ** 鼻をかんだティッシュはすぐにビニール袋に入れ、手を洗う。

**換気** 換気は窓を2ヶ所空けて空気の流れをつくるとよい

memo



忘れないよう、切り取って要所に貼って、ご利用いただけます。



社会医療法人 同仁会

耳原総合病院

MIMIHARA GENERAL HOSPITAL