



家でも
感染予防

家庭内での新型コロナウイルスの感染予防策

ご家族に新型コロナウイルスの感染が疑われる場合の家庭内での感染予防のポイントをまとめました。感染が疑われるご本人は外出を避け、ご家族や同居されている方も熱を測るなど、健康観察を行い、不要不急の外出は控えましょう。身近な大事な人を守るために家庭内での感染対策に取り組みましょう。

部屋を分け、感染が疑われる方のお世話は限られた方でいきましょう

- 食事や寝るときも別室にし、感染が疑われる方は極力療養している部屋から出ないようにしましょう。子どもがいる方や部屋数が少ない場合など、部屋を分けられない場合には、仕切りやカーテン等の設置をお勧めします
- 心臓、肺、腎臓に持病のある方、糖尿病の方、免疫が低下した方、妊婦の方等が療養のお世話をするのはなるべく避けてください

マスクを付け、小まめに手洗いやうがいをしましょう

- できるだけ同居者全員がマスクを着用し、マスクを外した後はせっけんでの手洗いやアルコール手指消毒をしましょう
- 小まめにせっけんでの手洗いや、アルコール手指消毒をし、洗っていない手で目や鼻、口等は触らないようにしましょう

家族で使用する共有部分の消毒や換気をしましょう

- ドアノブなどよく触れる場所やトイレ、洗面所は小まめに清掃・消毒しましょう
- タオルや食器、箸・スプーン等は共用しないよう注意しましょう
- 共有スペースや他の部屋も室温(18℃以上が目安)を保ちながら換気をしましょう

汚れた寝具や衣服は洗濯し、ごみは密閉して捨てましょう

- 体液で汚れた衣服、寝具等を取り扱う際は、手袋とマスクを付け、一般的な家庭用洗剤で洗濯し、完全に乾かしてください
- 使用したティッシュやマスク等はすぐにビニール袋等に入れ、密閉して捨てましょう(13ページ参照)

発熱や咳などの症状がある場合は、かかりつけ医等のお近くの医療機関にまずは電話で相談してください。かかりつけ医等がない方や、相談先が分からない場合は、下記の受診・相談センターにお問い合わせください。
受診・相談センター(コールセンター) ☎211・3883、211・2882 (24時間受け付け)

