

今どき情報&耳寄り情報

COVID-19（新型コロナウイルス感染症）

◆ 新型コロナウイルス感染症とは・・・

症状：発熱、咳、鼻汁、咽頭痛など

軽症から重症まで様々な症状を呈する。80%以上は軽症で快復する。

潜伏期間：1～12.5日（多くは5～6日）※2月24日時点、WHO情報より

感染経路：（飛沫感染）

感染者の飛沫（くしゃみ、咳、つばなど）と一緒にウイルスが放出され、他者がそのウイルスを口や鼻から吸い込んで感染

（接触感染）

感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、その手で周りの物に触れるとウイルスが付き、他者がその物を触るとウイルスが手に付着し、その手で口や鼻を触って粘膜から感染

（※主な感染場所：電車やバスのつり革、ドアノブ、スイッチなど）

治療法：特別な治療法はなく、その時の症状に合わせた対症療法

◆ 感染のためにできることは・・・

○こまめな手洗い・うがい

○咳エチケット

○高齢者や持病のある方は公共交通機関や人混みを避ける

○免疫力を高めるために、十分な栄養と休養を取る

詳しくは次ページをチェック！！



◆ 厚生労働省や神戸市が発信する正確な情報に基づいて行動をしましょう。

神戸市感染症統合情報システム

検索



※神戸市感染症統合情報システムとは・・・

神戸市の感染症の情報をまとめたサイト。トップページに厚生労働省作成のQ&Aや、神戸市HPのリンクを掲載

（Q&Aの一例）

Q：中国から送られてくる手紙や輸入食品などの荷物より感染しますか？

A：中国やウイルスが見つかったその他の場所からつみ出された物品との接触から人が新型コロナウイルスに感染したという疫学的情報はありません。

◆ 新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口

名前・電話番号先	対象者
神戸市帰国者接触者相談センター 078-322-6829（24時間・多言語対応可）	<ul style="list-style-type: none"> ・感染者との接触があった方 ・湖北省・浙江省等に渡航歴等がある方 ・風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている方（解熱剤を飲み続けなければならない方も同様）など
神戸市新型コロナウイルス専門健康相談窓口 078-322-6250（24時間・多言語対応可）	予防に関すること、感染・健康不安に対する一般的な相談のある方
お住まいの区および支所の保健センター （平日8:45～17:15）※電話番号は神戸市HPに掲載	//



感染症対策 へのご協力をお願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

①手洗い

正しい手の洗い方

手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう

1



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。

2



手の甲をのぼすようにこすります。

3



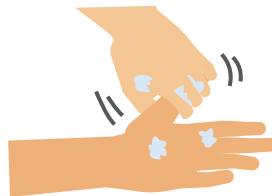
指先・爪の間を念入りにこすります。

4



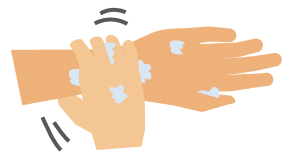
指の間を洗います。

5



親指と手のひらをねじり洗います。

6



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

②咳エチケット

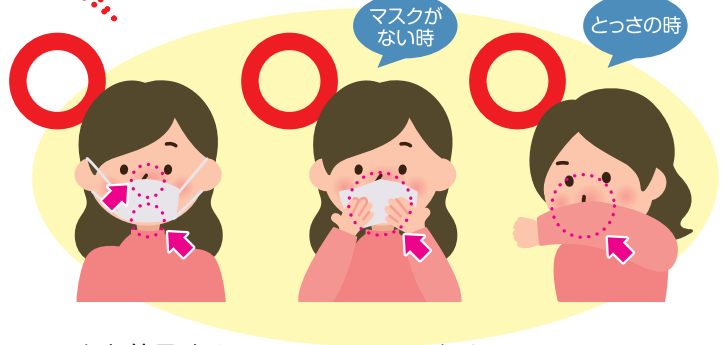
3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まるところでやろう



何もせずに咳やくしゃみをする

咳やくしゃみを手でおさえる



マスクを着用する(口・鼻を覆う)

ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う

袖で口・鼻を覆う

正しいマスクの着用



1 鼻と口の両方を確実に覆う



2 ゴムひもを耳にかける



3 隙間がないよう鼻まで覆う



厚労省

検索

