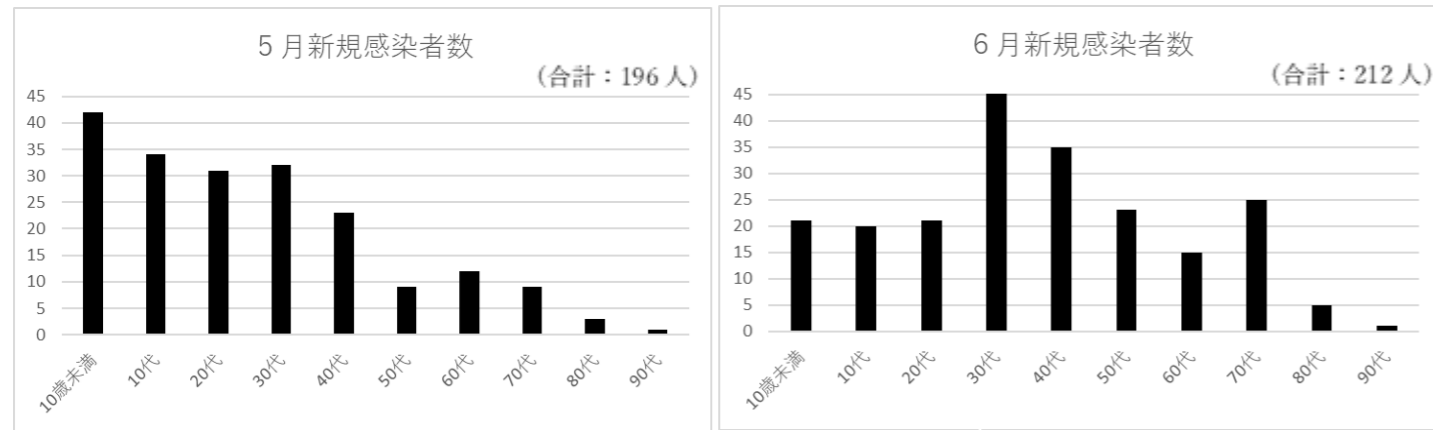


# 新型コロナウイルス感染症の感染状況について

発行：志摩市新型コロナウイルス感染症対策本部

志摩市内で感染者数が増加しています。下のグラフのとおり5月から6月にかけて若い世代から幅広い年代に広まっており、家庭内感染が増えていると考えられます。

比較的症状が軽く、普通の風邪と見分けがつかない症例も多いため、体調に異変を感じた場合は、かかりつけ医または受診・相談センター（0596-27-5140）にまずは電話でご相談ください。



\*感染者数：県外事例除く

## 家族が新型コロナウイルスに感染したときに注意したいこと

- 1. 部屋を分ける**  
個室にしましょう！  
部屋を分けられない場合は、2m以上の距離を保ったり、仕切りやカーテンの設置などをおすすめします。
- 2. 窓を開けて換気**  
定期的に換気しましょう。  
共用スペースや他の部屋も窓を開けっ放しにするなど換気しましょう。
- 3. マスクを着用**  
マスクを隙間なくフィットさせ、正しく着用しましょう。  
外す時は表面に触れないように紐部分を持ち、外した後は手洗いを。
- 4. こまめな手洗い  
手で触れる部分を消毒**  
・こまめに石鹸で手洗いし、アルコール消毒しましょう。  
・ドアの取っ手、ベッド欄、トイレ、洗面台など共用部分を消毒しましょう。
- 5. 汚れたリネン・洋服を洗濯**  
汚れた衣服やリネンは、手袋とマスクを着用し、一般的な家庭用洗剤で洗濯し完全に乾かしてください。
- 6. ゴミは密閉して捨てる**  
鼻をかんだティッシュ等は、すぐにビニール袋に入れ、室外に出すときは密閉して捨ててください。手洗いも忘れずに。

- お世話はできる限り、限られた方に対応しましょう。
- ご家族、同居されている方も熱を測るなど健康観察をし、外出を避け、体調不良時は登校や出勤をお控えください。
- 現在、医療機関や薬局等で実施している三重県の無料検査事業については、濃厚接触者にあたる場合、症状が無くても検査対象外になりますのでご注意ください。

## 感染拡大防止のためのお願い

皆さま自身を守るため、そして大切な人を守るため、ご協力をお願いします。



・食事の前後、共用物に触れた後、公共交通機関を利用された後は、手洗いと手指の消毒をこまめにしましょう。



・人との距離が十分に確保できない場合はマスクを着用し、咳やくしゃみを直接手で押さえないように気をつけましょう。



・定期的な換気をすることで、エアロゾル感染（空気中を漂う微粒子）防止に効果的です。空気中を漂うウイルスを減らして感染リスクを下げましょう。



・出かける際は混雑している時間や場所を避けましょう。また、屋外でも大声で話したり、相手と手が触れ合う距離での会話は避けるなどといったことを心がけましょう。

## 食事をするとき

誰かと一緒に食事をする時は、できるだけ①少人数で、②「**みえ安心おもてなし認証店**」など感染症対策を実施しているお店を選んでいただき、③手指消毒を行い、④席は密にならないよう工夫し、⑤飲食時以外はマスクを着用する、⑥屋内ではこまめに換気するなど、改めて、感染予防を心がけましょう。



## 熱中症にご注意を！



気温が30度を超える日が多くなり、熱中症が心配されます。

人との距離（2m以上を目安）が確保できる場合や、距離が確保できなくても会話がほとんどない場合など、**マスクを着用する必要がない場面では適度にはずしましょう。**

1時間ごとにコップ1杯程度（運動中は15～30分ごと）のこまめな水分補給や、エアコンを活用するなど、熱中症にご注意ください。

## 【新型コロナワクチン4回目接種について】

接種の対象者は、3回目接種から5カ月経過した、60歳以上の方及び18歳から59歳で基礎疾患をお持ちの方、その他重症化リスクが高いと医師が認めた方です。対象となる方はご検討ください。

このチラシに関するお問い合わせは  
志摩市 健康推進課 新型コロナワクチン接種係 電話：52-0120