

日常生活で気をつけること

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、石けんやハンドソープなどを使って手洗いをしてウイルスを洗い落とした上で、さらにアルコール消毒をしましょう。

咳などの症状がある方は、咳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、咳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、不要不急の外出は控えてください。

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。
※「咳エチケット」とは、感染症を他者に感染させないために、咳・くしゃみをする際に、マスクやティッシュ・ハンカチ、袖を使って、口や鼻をおさえることです。