

日ごろから感染対策を徹底しましょう！

新型コロナウイルス感染者が沖縄県内で確認されて早2か月になります。毎日できる感染対策を実施し、感染を予防しましょう。

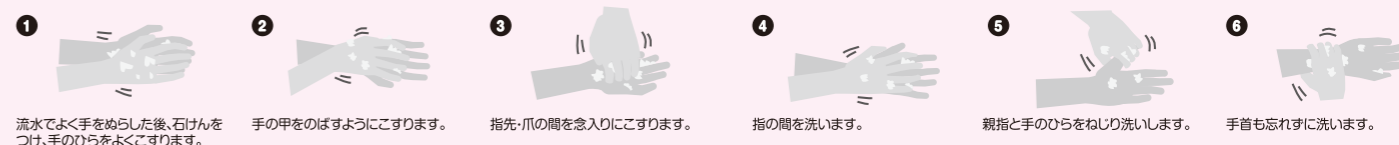


感染対策その① 手洗い

新型コロナウイルスやインフルエンザは、飛沫感染のほか手指を介して接触感染をします。手洗いは感染を防ぐ上で非常に効果的です。

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



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。

感染対策その② 咳エチケット

咳エチケットとは、飛沫感染をする感染症を他人に感染させないために、咳や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押さえることです。特に学校や職場など人が集まるところで実践することが重要です。

3つの咳エチケット

職場、学校など人が集まるところでやろう



正しいマスクの着用



感染対策その③ 家庭や施設内の消毒

接触感染を防ぐには、手指がよく触れる場所を清潔に保つことが重要です。物の表面の消毒には消毒用エタノールや次亜塩素酸ナトリウムが有効です。これら消毒液をペーパータオル等に十分に含ませてから拭き、自然乾燥させます。



次亜塩素酸ナトリウムとは？

台所や衣料用の塩素系漂白剤に含まれています。用途に応じ製品に記載されている用量に希釈して使用します。厚労省は0.1%の濃度で効果があるとしています。例えば、原液濃度が6%の場合、2Lのペットボトル1本の水に対して、約33ml (=0.1%) (ペットボトルキャップ6~7杯) ※ペットボトルキャップ1杯=約5ml

次亜塩素酸ナトリウムを消毒として使用する際の注意点



- ・製品に記載されている「使用上の注意」をよく読んでから使用してください。
- ・スプレーボトルでの噴霧はしないでください。
- ・金属部位に使用した際には、10分後に水拭きしましょう。

その他にも、十分な睡眠と栄養バランスのとれた食事、免疫力をつけましょう。

お問い合わせ 西原町役場 福祉部 健康支援課 保健予防係 ☎098-945-4791

新型コロナウイルスに関する最新情報は町ホームページ
(<http://www.town.nishihara.okinawa.jp>)でご確認を！



外から帰ってきたら！

ご飯の前は！

トイレの後にも！

しっかり手洗いで
目指せ手洗のチャンピオン！

(関連記事 裏表紙)

広報にしはら
PR Magazine Nishihara

編集・発行／西原町役場 西原町字与那城140-1
☎098-945-5011

印刷／株式会社 東洋企画印刷
☎098-995-4444

UD FONT
鳥やうさぎニバーカル
デザインフォントを
採用しています。