

ご家族に新型コロナウイルス感染が疑われる場合 家庭内でご注意いただきたいこと ～ 8つのポイント ～

（一般社団法人日本環境感染学会とりまとめを一部改変）令和2年3月1日版
（厚生労働省より）

区 分	内 容
1 部屋を分けましょう	<ul style="list-style-type: none"> ◎ <u>個室にしましょう。</u> 食事や寝るときも別室としてください。 ・ 子どもがいる方、部屋数が少ない場合など、部屋を分けられない場合には、少なくとも2m以上の距離を保ったり、仕切りやカーテンなどを設置することをお勧めします。 ・ 寝るときは頭の位置を互い違いになるようにしましょう。 ◎ <u>ご本人は極力部屋から出ないようにしましょう。</u> トイレ、バスルームなど共有スペースの利用は、最小限にしましょう。
2 感染者のお世話はできるだけ限られた方で。	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 心臓、肺、腎臓に持病のある方、糖尿病の方、免疫の低下した方、妊婦の方などが感染者のお世話をするのは避けてください。
3 マスクをつけましょう	<ul style="list-style-type: none"> ◎ <u>使用したマスクは他の部屋に持ち出さないでください。</u> ◎ <u>マスクの表面には触れないようにしてください。</u> マスクを外す際には、ゴムやひもをつまんで外しましょう。 ◎ <u>マスクを外した後は必ず石鹼で手を洗いましょう。</u> (アルコール手指消毒剤でも可) ※ マスクが汚れたときは、すぐに新しい清潔な乾燥マスクと交換。 ※ マスクがないときなどに咳やくしゃみをする際は、ティッシュ等で口と鼻を覆う。
4 こまめに手を洗いましょう	<ul style="list-style-type: none"> ◎ <u>こまめに石鹼で手を洗いましょう、アルコール消毒をしましょう。</u> 洗っていない手で目や鼻、口などを触らないようにしてください。
5 換気をしましょう	<ul style="list-style-type: none"> ◎ <u>定期的に換気してください。</u> 共有スペースや他の部屋も窓を開け放しにするなど換気しましょう。
6 手で触れる共有部分を消毒しましょう	<ul style="list-style-type: none"> ◎ <u>共用部分（ドアの取っ手、ノブ、ベッド柵など）は、薄めた市販の家庭用塩素系漂白剤で拭いた後、水拭きしましょう。</u> ・ 物に付着したウイルスはしばらく生存します。 ・ 家庭用塩素系漂白剤は、主成分が次亜塩素酸ナトリウムであることを確認し、使用量の目安に従って薄めて使ってください（目安となる濃度は0.05%です（製品の濃度が6%の場合、水3Lに液を25mlです。))。 ◎ <u>トイレや洗面所は、通常の家計用洗剤ですすぎ、家庭用消毒剤でこまめに消毒しましょう。</u> ・ タオル、衣類、食器、箸・スプーンなどは、通常の洗濯や洗浄でかまいません。 ・ 感染者の使用したものを分けて洗う必要はありません。 ◎ <u>洗浄前のものを共用しないようにしてください。</u> ・ 特にタオルは、トイレ、洗面所、キッチンなどでは共用しないように注意しましょう。
7 汚れたリネン、衣服を洗濯しましょう	<ul style="list-style-type: none"> ◎ <u>体液で汚れた衣服、リネンを取り扱う際は、手袋とマスクをつけ、一般的な家庭用洗剤で洗濯し完全に乾かしてください。</u> ・ 糞便からウイルスが検出されることがあります。
8 ゴミは密閉して捨てましょう	<ul style="list-style-type: none"> ◎ <u>鼻をかんだティッシュ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。</u> その後は直ちに石鹼で手を洗いましょう。

- ◎ ご本人は外出を避けてください。
 - ・ ご家族、同居されている方も熱を測るなど、健康観察をし、不要不急の外出は避け、特に咳や発熱などの症状があるときには、職場などに行かないでください。