

新型コロナウイルス感染症について

問い合わせ先
健康増進課(☎0837(53)0304)

中華人民共和国湖北省武漢市において、令和元年12月以降、複数の肺炎患者の発生が報告されており、新型コロナウイルスがこの肺炎の原因とされています。また、日本国内でも新型コロナウイルス感染症の患者が確認されています。

新型コロナウイルス感染症は、新種のコロナウイルスが原因と考えられる感染症です。過剰に心配することなく、「手洗い」や「マスクの着用」を含む「咳エチケット」などの通常の感染症対策が重要です。

一人ひとりができる新型コロナウイルス感染症対策は？

1.手洗い

ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに手を洗います。

2.普段の健康管理

普段から、十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけ、免疫力を高めておきます。

正しい洗い方



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。



手の甲をのばすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗います。



手首も忘れずに洗います。

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。

(イラスト：政府広報オンライン)

3.適度な湿度を保つ

空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下します。

乾燥しやすい室内では加湿器などを使って、適度な湿度(50~60%)を保ちます。

4.咳エチケット

くしゃみや咳が出るときは、飛沫にウイルスを含んでいるかもしれませんので、次のような咳エチケットを心がけましょう。

- ・マスクを着用します。
- ・ティッシュなどで鼻と口を覆います。
- ・とっさの時は袖や上着の内側で覆います。
- ・周囲の人からなるべく離れます。

3つの咳エチケット

電車や職場、学校などが集まるところでやろう



①マスクを着用する(口・鼻を覆う)



②ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う



③袖で口・鼻を覆う

(イラスト：厚生労働省)

正しいマスクの着用



①鼻と口の両方を確実に覆う



②ゴムもを耳にかける



③隙間がないよう鼻まで覆う

(イラスト：政府広報オンライン)

持病がある人、ご高齢の人は、できるだけ人混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、学校や会社を休んでください。
- ・発熱等の風邪の症状が見られたら、毎日、体温を測定して記録してください。

「新型コロナウイルス感染症かな？」と思ったら

【新型コロナウイルス相談窓口】

平日:宇部健康福祉センター

[☎0836(31)3203]相談時間：9時～17時

土日・祝日:山口県健康増進課

[☎083(933)3502]相談時間：9時～17時

新型コロナウイルス感染症が疑われて、症状がある場合は、**受診する前に必ず、宇部健康福祉センターに電話**してください。緊急を要する場合は、受付時間外でも、相談に応じます。また必要に応じて、医療機関を紹介します。

ご注意ください

◀次の症状がある人は「宇部健康福祉センター」に相談してください▶

- 風邪の症状や37.5度以上の発熱が4日以上続いている(解熱剤を飲み続けなければならないときを含みます。)
- 強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある

※高齢者や基礎疾患等がある人は、上の状態が2日程度続く場合

新型コロナウイルス感染症についての最新情報は、厚生労働省ホームページをご覧ください。



新型コロナ 厚生労働省

検索

(令和2年2月17日現在:厚生労働省の情報をもとに作成しています)

市民大学特別講座を開催します

5月15日(金)に開催される聖火リレーで「聖火ランナー」として走られる予定の
エッセイスト **阿川佐和子**さんの講演会を開催します。
講演テーマ「『聞く力(ちから)』のチカラ」(仮)
多くの皆様のご参加をお待ちしています。



撮影：栢木 功

日時

5月16日(土) 開 場 / 13時20分
開 演 / 14時
終演予定 / 15時30分

会場

美祢市民会館大ホール

申込み方法

入場は**無料**ですが、「**整理券**」が必要です。**郵便往復はがき**に以下の必要事項を記入してお申込みください。申込用の往復はがきの返信はがきを**整理券**とさせていただきます。申込者多数の場合は抽選となり、ご希望に沿えない場合があります。ご了承ください。
<返信用表面>①郵便番号②住所③名前
<往信用裏面>①郵便番号②住所③名前④電話番号⑤参加人数(1人又は2人)

往信表面

返信裏面

返信表面

往信裏面

63 往信 759-2292 美祢市大嶺町東分326-1 美祢市教育委員会事務局 生涯学習スポーツ推進課 「市民大学特別講座」係	※ここには 何も書かないで ください。	63 返信 000-0000 ①郵便番号 ②住所 ③名前	①郵便番号 ②住所 ③名前 ④電話番号 ⑤参加人数 (1人又は2人)
--	---------------------------	---	---

【注意】

- ・応募は、お一人様1枚にてお願いします。(参加人数は、1枚につき2人までです。1歳以上のお子様から「整理券」が必要となります。)
- ・往復はがきに記載漏れ等があった場合、返信ができないこともありますので郵送の際は必ずご確認ください。
- ・申込者多数の場合は抽選となりますが、抽選にあたっては美祢市民を優先とさせていただきます事をご了承ください。
- ・この応募でいただいた皆さんの個人情報は個人情報保護法に基づき、厳重に取扱い、入場整理以外の目的に使用することはありません。

あて先

〒759-2292 美祢市大嶺町東分 326-1
美祢市教育委員会事務局生涯学習スポーツ推進課「市民大学特別講座」係

締め切り

4月10日(金)必着

問い合わせ先 生涯学習スポーツ推進課(☎0837(52)5261)

第33回みね桜まつり

日時 **4月4日(土)** 11時~19時30分

場所 **美祢市役所駐車場内及び美祢さくら公園**

開 催 中 止

市
せします。



問い合わせ先 美祢市商工会(☎0837(52)0434)

第17回大正洞桜まつり ■催しもの

開 催 中 止

日
場
主
協

園、

問い合わせ先 大正洞桜まつり実行委員会事務局(☎08396(2)0605) [☎08396(2)0601]