



# 感染拡大を防ぐために



2021年1月12日（火）

# 高年齢者・障害者などをケアする方へのお願い

- 手指衛生（手洗い、手指消毒）
- 手袋の着用
- マスク・エプロン・ガウンの着用
- 食事介助や口腔ケア、排泄ケアの際には、フェイスシールド
- 消毒、換気
- 利用者のご自身の健康管理
- 従事者は体調不良があるときは仕事を休み、医療機関を受診してください



# 1 基本的な感染対策の徹底を お願いいたします



マスクの着用



手洗い



手指消毒

## マスクは正しく着けましょう

鼻からあごまでを確実に  
おおいましょう

プリーツを広げ、ノーズワイヤー  
部分を鼻の形に折り曲げる



正しい  
着用方法



鼻マスク



あごマスク

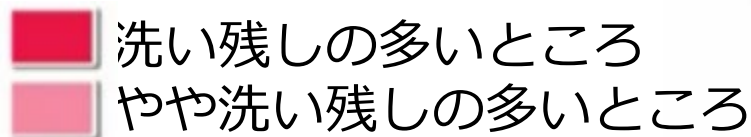


話すときずらす

## こまめに手を洗いましょう

- 外出から帰った後
- 食事の前や調理の前
- トイレの使用後

洗い残しのないように  
洗いましょう



## 手洗いの手順



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る



手の甲をよくのばすようにこする



指先・爪の間を念入りにこする



指の間を洗う



親指と手のひらをねじり洗いする



手首も忘れずに洗う  
(厚生労働省)

## 手指消毒の手順 (アルコール手指消毒薬)

1



十分な量の消毒薬  
を手のひらに取る

2



両手の指先に消毒  
薬をすりこむ

3



手のひらにすり  
こむ

4



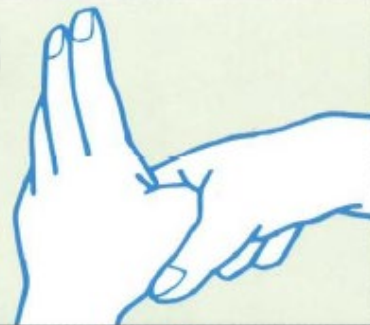
手の甲にすりこむ

5



指の間にすりこむ

6



親指にすりこむ

7



手首にすりこむ

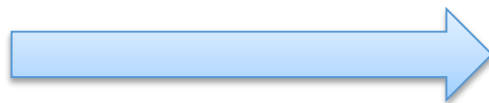
消毒薬はしっかり  
すりこみましょう

## 2 職場における感染対策を お願いいたします



## 職場における感染リスクに注意

- 休憩時間に入ったときなど、居場所が職場から休憩室や喫煙所、更衣室などに切り替わると、気の緩みや環境の変化により感染リスクが高まることがあります



居場所の  
切り替わり



## 休憩室での工夫

- 手洗いや手指消毒、マスクの着用
- 密にならない工夫
  - テーブルや椅子の間隔をあける
  - 休憩室を使う時間をずらす
- 飲食の際、会話は厳禁
- テーブルなどをこまめに消毒
- 出入口の開放など換気を心がける

# 3 ご自身の体調の変化に 注意してください

## いつもと違う体の調子に注意

- 新型コロナウイルス感染症を発症しても発熱がなく、のどの痛みや鼻水だけのこともあります
- 一度発熱した後、いったん熱が下がり、数日後に、また発熱して、せきや味覚・嗅覚障害が出る人もいます



# 市民の皆様へのお願い

いつもと体の調子が違うと感じたら

**仕事を休み**

会食などの**参加を断り**

身近な医療機関を**すぐに受診**  
してください

# ≡ 発熱などの症状があったら

まずは

身近な医療機関に  
電話相談

⇒相談先の医療機関で  
診療・検査できない場合は  
他院を紹介

相談先に  
迷ったら

市コールセンター  
(積極ガードダイヤル)  
082-241-4566  
(全日24時間対応)  
県が指定した身近な  
医療機関をご案内

唾液で検査

診療・検査医療機関

検査機関