

新型コロナウイルス感染症に関するお知らせ

※2月9日時点の情報を掲載しています。

新年度に向け、人の移動が多くなる時期です。新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐためには、一人ひとりが普段から、感染予防対策を更に徹底する必要があります。

「感染しない」「感染させない」ために基本的対策をしっかりと行いましょう。

また、春先は引っ越しなどに伴う手続きで、市役所の窓口が混雑しやすくなります。「密集」などを防ぐために、混み合う時間帯を避けるなどご協力をお願いします。(詳しくは、23ページをご覧ください)

問い合わせ 地域保健課 (☎ 829-1153)

マスク着用などの予防対策は、
自分を感染から守るだけでなく、
周囲に感染を広げないことにつながります！

基本的な行動を徹底する



検温などの健康チェック

平熱を超える発熱や、風邪の症状などがある場合は、外出を控えましょう。(受診方法は11ページ)



手洗い・手指消毒

手洗いは、30秒程度かけて、水と石けんで丁寧に洗いましょう。

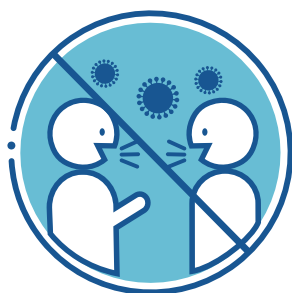


マスクの適切な着用

着脱を適切に行いましょう。



三密(密集・密接・密閉)を絶対に回避



3つの密が重なると、感染拡大リスクが高まります。これらの条件がそろう場所や場を予測して、絶対に避けるようにしてください。



新型コロナワクチンに関する情報は、
決まり次第、随時、長崎市ホームページなどでお知らせします



市ホームページ

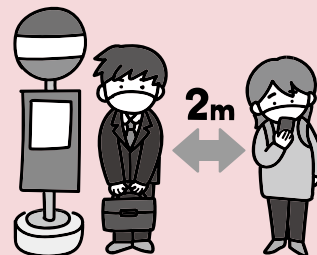
感染対策の基本的行動を徹底しながら、さまざまな場面ごとで行う対策をまとめました。いま一度、自分の行動を見直してください。

仕事編

感染防止と健康管理を、これまで以上に徹底してください。
また、在宅勤務・時差出勤やオンライン会議を、積極的に実践してください。

通勤中

- ・近距離では徒歩や自転車も利用する。
- ・バスや電車の乗り場ではソーシャルディスタンスを保つ。
- ・バスや電車内での会話を控える。

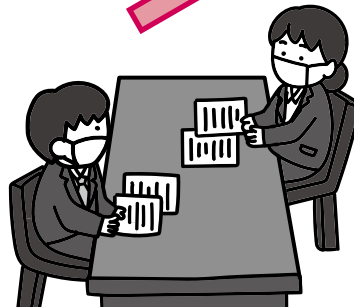


仕事中

- ・窓を開け、空気を入れ替える。
(できるだけ2方向の窓を開ける)
- ・できるだけ座席の間隔をとる。



- ・みんなが触れる机、スイッチ、ドアノブ、コピー機、電話機などをこまめに消毒する。
- ・複数人での備品（パソコン、電話機など）の共用は、できるかぎり避ける。



- ・会議の頻度を減らす。会議の時間を短縮する。
- ・参加者の間隔は、対面を避け1メートル以上離す。

買い物編

新生活などで買い物の機会が増えるかたもいるかもしれませんが、計画的に行動するなどして感染拡大を防止しましょう。

買い物前

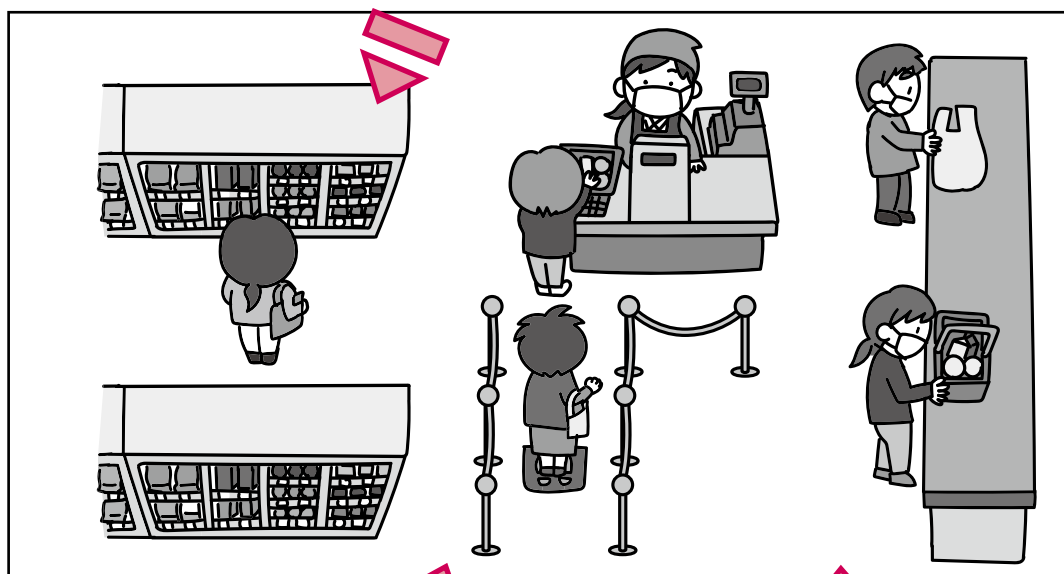
- ・買い物メモをつくるなど、事前に計画を立て、滞在時間を短くし、来店回数を減らす。
- ・一人または少人数で、空いている時間に利用する。



買い物中



- ・お店の中では、極力会話を控える。
- ・購入しない商品は、できるだけ触らない。



- ・レジ待ちの列は、できるだけ一人で並ぶ。
- ・電子決済や自動精算機も活用する。



- ・現金を数える際やビニール袋を利用する際に、指をなめない。
- ・袋詰めは混雑を避け、速やかに行う。

生活の場面ごとの具体的な対策をご紹介したパンフレットを市ホームページに掲載しています。



長崎市医師会からのお知らせです

身近なところ(家庭・職場)での感染が 拡大しています

問い合わせ 長崎市医師会 (☎ 818-5511)

2人以上でお住まいの場合、可能な範囲で家庭内での**マスクの着用**を推奨します(※)
家庭や職場で飲食に伴う会話の時に、**マスクを着用することで感染拡大を抑えることが**
期待されます。

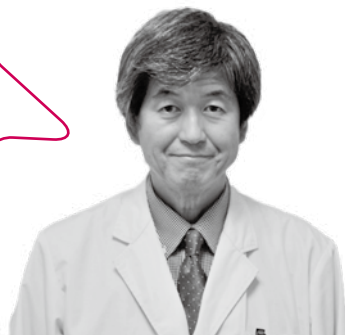


※マスクの着用は、強制ではありません。

※マスクの着用が難しいお子さんやご高齢のかた、障害のあるかた、疾患などによりマスクが着用できない場合は、基本的な行動(8ページ)の徹底をお願いします。

長崎市では、昨年12月中旬以降、新型コロナウイルス感染者が急増し、クラスター(感染者集団)も増加したため、医療が危機的状況となり、1月16日から2月7日までの期間、長崎県独自の「緊急事態宣言」が発令されました。

また、市の調査では、市内の感染者の約7割が二次感染であることや、二次感染の約5割が家庭や職場で起こっていることが、明らかとなりました(1月13日時点)。新型コロナウイルスが、無症状病原体保有者や軽症者から家族・同僚へ感染しないように、外出時だけでなく、家庭・職場での飲食時・会話時のマスク着用を推奨します。



長崎市医師会 感染症担当理事
真崎 宏則 医師

発熱など症状があるかたへのお願い

かかりつけ医がある場合

まずは電話で相談をしましょう。

かかりつけ医がないなど、どこに相談してよいか分からない場合

新型コロナウイルス感染症に関する医療機関への受診相談や健康相談に対応している「長崎県受診・相談センター」に相談をしましょう。

長崎県受診・相談センター

☎ 0120-409-745 (土・日・祝日含む 24時間)