

# 新型コロナウイルス感染症 家庭でできる感染対策

## 家族を 守る

- ・日中はできるだけ換気をしましょう。
- ・毎朝の体温測定、健康チェックをしましょう。
- ・家庭でも、できるだけ家族全員がマスクを使用しましょう。
- ・こまめにうがい・石鹸での手洗いをしましょう。
- ・タオル類・食器・歯ブラシの共有はしないようにしましょう。  
(特にタオルは、トイレ・洗面所などで共有しないこと)
- ・発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモしておきましょう。



## こまめに 消毒

- ・取っ手・ノブ・照明のスイッチ・ペット柵等は薄めた市販用の塩素系漂白剤等で1日1回以上拭いた後、水拭きしましょう。
- ・トイレ・浴室・洗面所は、通常の家用品用洗剤ですすぎ、家庭用消毒剤でこまめに消毒し、換気を行いましょう。



## 感染 しない・ させない

- ・食事は短時間で、会話を控えましょう。
- ・ごみは密閉して捨てましょう。
- ・できるだけ自宅から外出しないようにしましょう。
- ・不要不急の訪問者を自宅内に入れないようにしましょう。
- ・買い物は、できるだけまとめて行い、外出機会を減らしましょう。
- ・宅配受け取りの際は、対面での受け取りを避けるようにしましょう。



発熱、せき、だるさ、味覚や嗅覚の異変などを感じたら、迷わず、かかりつけ医などに電話で伝えてください