

新型コロナウイルス感染を防ぐために

新型コロナウイルス感染症は、風邪や季節性インフルエンザ対策と同様に、感染やその拡大には十分気をつける必要があります。

北区では、区民の安全で安心な生活を維持するため、新型コロナウイルス感染症による健康への影響を可能な限り抑制することを基本方針として、区長を本部長とする危機管理対策本部を設置し、全力をあげて新型コロナウイルス感染症対策を推進してまいります。

以下の感染の予防法を守り、正確な情報に基づいて冷静に行動してください。

感染の予防法

- まずは手洗いが大切です。外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などにこまめに石けんやアルコール消毒液などで手を洗いましょう。
- 咳などの症状がある方は、咳やくしゃみを手で押さえると、その手で触ったものにウイルスが付着し、ドアノブなどを介して他の方に病気をうつす可能性がありますので、咳エチケットを行ってください。
- 持病がある方、ご高齢の方は、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。

北 区

帰国者・接触者電話相談センター

電話:3919-4500 (平日9:00 ~ 17:00)

東京都

帰国者・接触者電話相談センター

電話:5320-4592 (平日17:00 ~ 翌9:00)

(土日祝日 終日)

がいこくじん

外国人の みなさんへ (For Foreigners)

あたら しい コロナウイルスの びょうきについて 右の HP を み てください ⇒





感染症対策へのご協力をお願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

①手洗い

正しい手の洗い方

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

1



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。

2



手の甲をのばすようにこすります。

3



指先・爪の間を念入りにこすります。

4



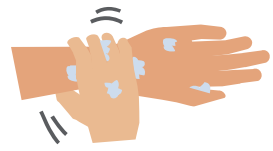
指の間を洗います。

5



親指と手のひらをねじり洗います。

6



手首も忘れずに洗います。

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。

②咳エチケット

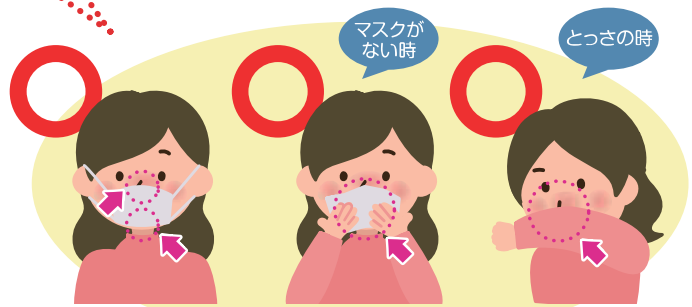
3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まるところでやろう



何もせずに咳やくしゃみをする

咳やくしゃみを手でおさえる



マスクを着用する(口・鼻を覆う)

ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う

袖で口・鼻を覆う

正しいマスクの着用



1 鼻と口の両方を確実に覆う



2 ゴムひもを耳にかける



3 隙間がないよう鼻まで覆う

首相官邸 Prime Minister's Office of Japan

厚生労働省 Ministry of Health, Labour and Welfare

厚労省 検索

