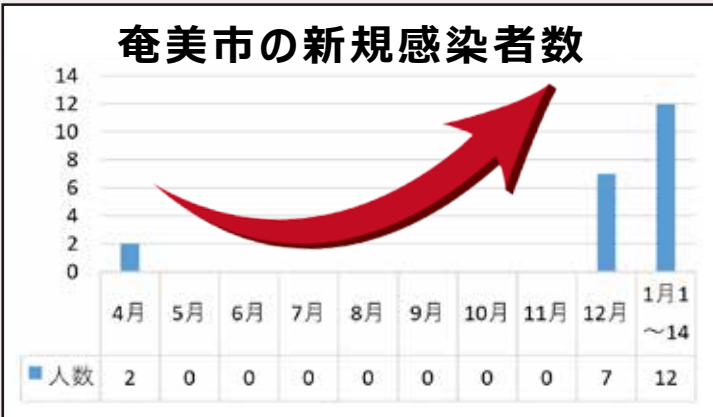


新型コロナ

今こそ予防!!



※年代別では、21人すべての方が60代以下の方となっています

令和3年1月14日現在、奄美市の感染者は21名です。4月に2名発生して以来、確認されていませんでしたが、12月に入り、感染者が急増しています。

特に年末以降（12月30日～1月14日現在）の16日間で、14名の感染確認があり、今の状況は感染リスクが非常に高まっている状態といえます。

気を緩めることなく、改めて手洗い等のポイントを見直し、生活の中で実践しましょう。

【洗い残しの多いところ】



【こんな場面は手洗いを!】

- ・室内に入るとき
- ・食事、調理の前
- ・多くの人がかかる場所を触った後
- ・顔に触る前 ・トイレの後 など

✓ 手洗いの徹底

【マスクのつけ方のポイント】



【マスクの効果】

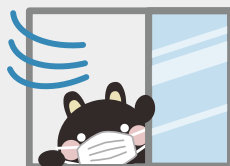
◎ 不織布 > ○ 布 > △ ウレタン > ▲ マウスシールド
 (※不織布マスクの予防効果が高い)

✓ マスクの着用

✓ 換気・湿度

【換気・湿度のポイント】

- ① 一方方向の窓を少しだけ開けて常時換気をする。
- ② 常時換気が難しい場合は、1時間ごとに5〜10分のをこまめな換気を行う。
- ③ 加湿器を使つた保湿を行う
 (目標湿度は50〜60%)



✓ こんなときは?

【いつもと違う症状があるときは...】

▼人と接しないようにする
 【症状が続くときは】

▼かかりつけ医に電話で相談する。

✓ 感染者への配慮を

感染者やその周りの人たちは、不安な思いで過ごしています。

▼不要な連絡は控えましょう。

▼個人情報の拡散はやめましょう。

基本的な予防対策を怠らないよう、改めてご確認を!



● 基本的な予防例 (新しい生活様式の一例)

マスクの着用



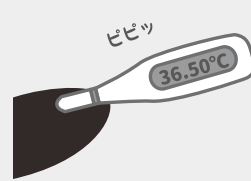
こまめな換気



手洗いの徹底



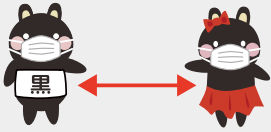
検温・体調管理



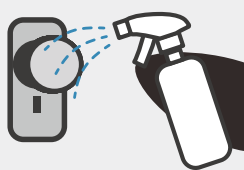
お買い物は少人数で



一定の距離をとる



身の回りの消毒



体調が悪いときは無理をしない



近くの会話は小声で



うわさ話を広めません



※発熱が続くなど体調に不安がある場合は、外出をお控えのうえ、かかりつけ医か名瀬保健所 (52-5411) までご相談ください。

● 感染リスクが高まる「5つの場面」

場面① 飲酒を伴う懇親会等



場面④ 狭い場所での共同生活



場面② 大人数や長時間におよぶ飲食



場面⑤ 居場所の切り替わり



場面③ マスクなしでの会話



- 居場所が切り替わると気の緩みが起こりやすい。
- 休憩室・喫煙所・更衣室など。