八幡事業所 Tel.Fax 672-7595
sawayaka@eagle.ocn.ne.jp
小倉事業所 Tel.Fax 647-3210
sawayakakokura@violin.ocn.ne.jp
HP:http://www.npo-sawayaka.net/

さわやか

2020年4月20日
第２７９号

発行者
特定非営利活動法人
通院介護センター
さわやか

緊急事態宣言発令中！

4月8日（水）から
5月6日（水）まで
7都府県対象に

新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐために【不要不急の外出をしないこと】が大切

新型コロナウイルスの感染が都市部で急速に拡大している事態を受けて、安倍総理大臣は、政府の対策本部で、東京など7都府県を対象に、法律に基づく「緊急事態宣言」を行いました。宣言の効力は来月6日までで、東京都をはじめ、神奈川県、埼玉県、千葉県、大阪府、兵庫県、福岡県が対象となります。そこで、私たちが今、出来ることを考えてみましょう。

新型コロナウイルスを含む感染症対策は、一人一人の咳エチケットや手洗いなどがとても重要です。

風邪の症状があれば外出は控え、やむを得ず、外出される場合にはマスクを着用をお願いします。

その時には、1～2メートルの距離をあけてください。

集団感染の共通点は特に、**【換気が悪く】**、**【人が密に集まって過ごすような空間】**、**【不特定多数の人が接触する恐れが高い場所】**です。

換気が悪く、人が集まって過ごすような空間に集団で集まることを避けてください。

※新型コロナウイルスの感染が疑われる人が使用したマスクやティッシュペーパーなどは、ビニール袋などに入れて、きちんと封をした上で、家庭ごみ用指定袋に入れて出して下さい。

（市政だよりより参照）

家庭内で注意してほしい8つのポイント（新型コロナウイルス）

家庭内で新型コロナウイルスの感染が疑われる人がいる場合に、ご注意いただきたい8つのポイントをまとめました。

部屋を分けよう

個室にしましょう。　食事や寝る時も別室としてください。

- 子供がいる方、部屋数が少ない場合など、部屋を分けられない場合には、少なくとも2㍍以上の距離を保ったり、仕切りやカーテンなどを設置することをお勧めします。
- 寝る時は頭の位置を互い違いになるようにしましょう。

ご本人は極力部屋から出ないようにしましょう。

- トイレやバスルームなど共有スペースの利用は最小限にしましょう。

マスクをつけましょう

使用したマスクは他の部屋に持ち出さないでください。

マスクの表面には触れないようにしてください。

外す際には、ゴムやひもをつまんで外しましょう。

マスクを外した後は必ず石鹸で手を洗いましょう。

（アルコール手指消毒剤でも可）

- マスクが汚れたときは、すぐに新しい清潔な乾燥マスクと交換しましょう。
- マスクがないときなどに咳やくしゃみをする際、ティッシュ等で、口と鼻を覆いましょう。

感染者のお世話はできるだけ限られた方で

心臓、肺、腎臓に持病のある方、糖尿病の方、免疫の低下した方、妊婦の方などが感染者のお世話をするのは避けてください。

こまめに手を洗いましょう

洗っていない手で目や鼻、口などを触らないようにしてください。

【裏面へつづく】

手で触れる共有部分を消毒しましょう。

共用部分（ドアの取っ手、ノブ、ベッドの柵など）は、**薄めた市販の家庭用塩素系漂白剤で拭いた**後、水拭きしましょう。

・物に付着したウイルスはしばらく生存します。
・家庭用塩素系漂白剤は、主成分が次亜塩素酸ナトリウムで　あることを確認し、使用量の目安に従って薄めて使って　ください。
　目安となる濃度は、0.05%です。(製品の濃度が 6%の場合、　水 3 ﾘｯﾄﾙに液を 25ml です)

換気をしましょう。

定期的に換気をしてください。共用スペースや他の部屋も窓を開け放しにするなど換気しましょう。

汚れたリネン、衣類を洗濯しましょう。

体液で汚れた衣服、リネンを取り扱う際は、手袋とマスクをつけ、一般的な家庭用洗剤で洗濯し完全に乾かしてください。

・糞便からウイルスが検出されることがあります。

トイレや洗面所は、通常の家庭用洗剤ですすぎ、家庭用消毒剤でこまみに消毒しましょう。

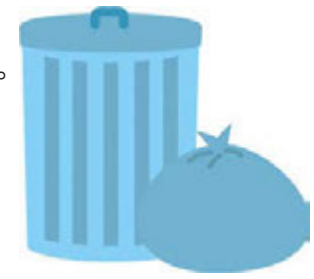
・タオル、衣類、食器、箸・スプーンなどは、通常の洗濯や洗浄でかまいません。
・感染者の使用したものを分けて洗う必要はありません。

洗浄前のものを共用しないようにしてください。

・特にタオルは、トイレ、洗面所、キッチンなどでは共用しないように注意しましょう。

ゴミは密閉して捨てましょう。

鼻をかんだティッシュはすぐにビニール袋に入れ、室外に出すときは密閉して捨ててください。
その後は直ちに石鹸で手を洗いましょう。



その他

ご本人は外出を避けてください。

ご家族、同居されている方も熱を測るなど、健康観察をし、不要不急の外出は避け、特に咳や発熱などの症状があるときには、職場などに行かないでください。

新型コロナウイルスについてのご相談はこちらへ

▸厚生労働省の電話番号
０１２０－５６５６５３
９時～２１時（土日・祝日も対応）

▸北九州市専用ダイヤル
０９３－５２２－８７４５
（２４時間対応）

▸福岡県専用ダイヤル
０９２－６４３－３２８８
８時３０分～１７時１５分
（平日のみ）

▸聴覚障害者専用ダイヤル
０９３－５２２－８７７５

事務局よりお知らせ

4月14日（火）より
5月10日（日）まで

事務局および送迎ボランティアをお休みさせていただきます。

なお、緊急事態宣言が長期化された場合、変更となります。
皆様にはご迷惑をおかけしますが
よろしくお願い致します。

編集後記

今回の「さわやか」新聞第二七九号は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、勉強会などのイベントがすべて中止となり、新聞記事となるようなものがなく、上記のような「さわやか」新聞となりました。
お詫び申し上げます。
まだまだ、感染が広がる傾向にあります。
皆様方、私たちも感染に注意をして、生活をエンジョイしてまいりましょう。