ご家族に新型コロナウイルス感染が疑われる場合

家庭内でご注意いただきたいこと

～８つのポイント～

（一般社団法人日本環境感染学会とりまとめを一部改変）令和2年３月１日版

部屋を分けましょう

◆ **個室にしましょう。**食事や寝るときも別室としてください。

・子どもがいる方、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2m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薦めします。

・寝るとき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、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。

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。

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。**マスクを外す際には、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。
※マスクがないときなどに咳やくしゃみをする際は、ティッシュ等で口と鼻を覆う。

こまめに手を洗いましょう

◆ **こまめに石鹸で手を洗いましょう、アルコール消毒をしましょう。**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。

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

裏面へ

換気をしましょう

◆ **定期的に換気してください。**共有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。

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3Lに液を25mlです。））。

◆ **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めに消毒しましょう。**

・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。

汚れたリネン、衣服を洗濯しましょう

◆ **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。

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。

- **ご本人は外出を避けて下さい。**
- **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。**