

広島県より県民のみなさまへ 新型コロナウイルス感染症対策 (COVID-19) へのご協力をお願いします。

広島県では新型コロナウイルス感染症の感染予防として「咳エチケット」や「手洗い」等の徹底をお願いしています。また、不要不急の外出を避けるとともに、特に持病がある方や、ご高齢の方、妊婦の方については、できるだけ人混みの多い場所を避けるなど、感染予防を心がけてください。

新型コロナウイルス感染症の特徴

発熱やのどの痛み、咳が長引くことが多く、強いだるさ（倦怠感）を訴える方が多いことが特徴です。

ウイルスの感染経路としては・・・

感染経路について、現時点では飛沫感染（ひまつかんせん）と接触感染の2つが考えられます。

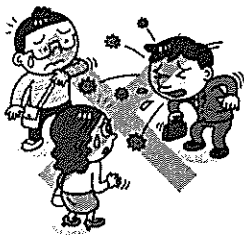
飛沫感染

感染者のくしゃみや咳、つばなどの飛沫と一緒にウイルスが放出され別の人がそのウイルスを口や鼻から吸い込み感染します。

接触感染

感染者がくしゃみや咳を押さえた手で周りの物に触れてウイルスが付着し、別の人がその物に触ってウイルスが付着した手で物を食べたり、口や鼻を触って粘膜から感染します。

一人ひとりができる4つ感染症対策



咳エチケット

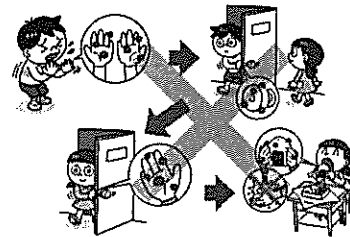
咳やくしゃみをする際は、マスクやティッシュ、ハンカチ、袖（手のひらではない）を使って、口や鼻を押さえましょう。

普段の健康管理

普段から、十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけ、免疫力を高めておきましょう。

適度な湿度を保つ

空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下します。乾燥しやすい室内では、加湿器などを使って、適切な湿度（50～60%）を保ちましょう。



こまめな手洗い

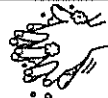
外出後は手洗いを定期的に行いましょう。正しい手洗いの習慣を身につけましょう。※正しい手洗いは下記をご覧ください。

正しい手洗いの方法でこまめに洗いましょう。

①手の平を合わせよくこする。



②手の甲を伸ばすようにこする。



③指先、爪の間を入念にこする。



④指の間を十分に洗う。



⑤親指と手の平をねじり洗いする。



⑥手首を忘れずに洗う。



【出典】家庭でできる感染対策—食中毒Q&A 広島県医師会発行（広島大学病院感染管理室リンクネース教育・写真グループ作成）

新型コロナウイルス感染症についての最新情報を発信していますので、ぜひチェックしてください。

広島県公式ホームページ

新型コロナウイルス感染症 広島県



広島県公式 Twitter

広島県 Twitter



広島県公式 Facebook

広島県 Facebook



広島県公式 LINE

LINE アプリより右記スマホ用コードを読みまたは、ID検索より「@hiroshima_pref」で検索してください。



広島県営 日刊わしら

日刊わしら



がいこくじのかたはこちら

こるなういるすのあたらしいじょうほうをえいご、ちゅうごくごなどであんないしています。



次のいずれかに該当する方は、
最寄りの相談窓口にご相談ください。

- 風邪の症状や 37.5 度以上の発熱が 4 日以上 続く方
(解熱剤を飲み続けなければならない方も同様)
- 強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある方

また、以下のような方は重症化しやすいため、
この状態が 2 日程度 続く場合には、早めにご相談ください。

- 高齢者の方
- 透析を受けている方
- 免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方
- 妊婦の方
- 糖尿病、心不全、呼吸器疾患 (COPD 等) の基礎疾患がある方

ご 相 談 窓 口

保健所名等	管轄区域	連絡先 平日(8:30～17:00)
広島県西部保健所	大竹市、廿日市市	☎0829-32-1181
広島県西部保健所広島支所	安芸高田市、安芸郡、山県郡	☎082-228-2111
広島県西部保健所呉支所	江田島市	☎0823-22-5400
広島県西部東保健所	竹原市、東広島市、豊田郡	☎082-422-6911
広島県東部保健所	三原市、尾道市、世羅郡	☎0848-25-2011
広島県東部保健所福山支所	府中市、神石郡	☎084-921-1413
広島県北部保健所	三次市、庄原市	☎0824-63-5181
広島県感染症・疾病管理センター (広島県健康対策課)	上記全区域	☎082-513-2567
※上記施設について休日・夜間(17:00～8:30)は☎082-513-2567		

保健所名等	管轄区域	連絡先 平日(8:30～17:00)
広島市中保健センター	広島市中区	☎082-504-2528
広島市東保健センター	広島市東区	☎082-568-7729
広島市南保健センター	広島市南区	☎082-250-4108
広島市西保健センター	広島市西区	☎082-294-6235
広島市安佐南保健センター	広島市安佐南区	☎082-831-4942
広島市安佐北保健センター	広島市安佐北区	☎082-819-0586
広島市安芸保健センター	広島市安芸区	☎082-821-2809
広島市佐伯保健センター	広島市佐伯区	☎082-943-9731
広島市健康推進課	上記広島市全区域	☎082-504-2622
※上記施設について休日・夜間(17:00～8:30)は☎082-241-4566		
呉市保健所	呉市	☎0823-25-3525 【休日・夜間(17:00～8:30)】 ☎0823-22-5858
福山市保健所	福山市	☎084-928-1350 【休日・夜間もお問い合わせ可】

新型コロナウイルスに関するよくあるご質問は、広島県ホームページでご確認ください。
<https://www.pref.hiroshima.lg.jp/soshiki/57/corona-situmon.html>

