

広島県より聴覚に障害のあるみなさまへ 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、必要のない外出をしない、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に行かないなど、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、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

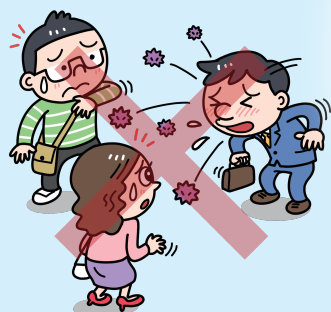
感染者のくしゃみや咳、つばなどと一緒にウイルスが放出され別の人がそのウイルスを口や鼻から吸い込み感染します。

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き、別の人がその物に触ってウイルスが付いた手で物を食べたり、口や鼻を触って感染します。

一人ひとりができる4つの感染症対策

咳エチケット



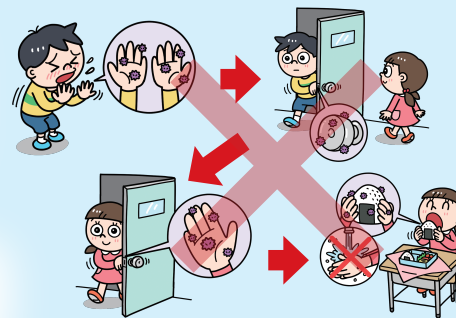
咳やくしゃみをする際は、マスクやティッシュ、ハンカチ、袖（手のひらではない）を使って、口や鼻を押さえましょう。

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

適切な湿度（50～60％）を保ちましょう。空気が乾燥すると、のどや鼻も乾燥し感染しやすくなります。室内では加湿器を使う、濡らしたタオルを干しておくなどの方法があります。



こまめな手洗い

外出後は必ず手洗いを行いましょう。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う。



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ナース教育・啓発グループ作成）

相談窓口、連絡先はウラ面をご覧ください ▶▶▶

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。

広島県 コロナ よくある質問

検索

