

# 新型コロナウイルス感染症に備えて ～一人ひとりができる対策を知っておこう～

保健推進課 28-6054

国内で確認された新型コロナウイルス感染者は全国で増加し続けており、県内においても確認されています。状況が刻一刻と変化しているなか、デマなどに惑わされずにしっかりとした対応をしていくことが大切です。

## 新型コロナウイルス感染症への対策としてできること

- 石けんによる手洗い
- 手指消毒用アルコールによる消毒
- うがい
- 咳エチケット
- 人混みの多い場所は避ける
- 十分な睡眠をとる
- 定期的な換気を行う
- 屋内でお互いの距離が十分に確保できない状況で一定時間を過ごすときは注意する



## 県と松山市が合同で24時間相談窓口を開設しました

### ●一般相談窓口

☎089-909-3468 対応時間：24時間（土・日・祝日を含む）

### ●帰国者・接触者相談センター

☎089-909-3483 対応時間：24時間（土・日・祝日を含む）

相談センターは、下記のような症状がある方を「帰国者・接触者相談センター」につなぐための専用ダイヤルです。それ以外の方は、一般相談窓口へご相談ください。

- 風邪の症状や37.5度以上の発熱が4日以上続いている方
- 強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある方

※高齢者や基礎疾患などのある方は、上記の状態が2日程度続く場合

※感染の疑いがある方に専門医療機関（帰国者・接触者外来）での診療を受けていただくため、可能な限り平日9時から17時の間におかけくださいますようお願いいたします。比較的症状の安定している方は、翌朝9時以降に相談いただくようお願いします

※聴覚に障がいのある方をはじめ、電話でのご相談が難しい方は、一般財団法人全日本ろうあ連盟ホームページ（QRコード）をご覧ください



## 新型コロナウイルス感染症に関する最新情報は、こちらから確認できます

### 厚生労働省ホームページ

感染症の特徴、予防についてなど・感染症が疑われる方へ・Q & Aなど



### 愛媛県ホームページ

感染者の発生状況・みなさんへのお願い、ご案内・各種相談窓口の紹介など



### 市ホームページ

感染症に関する情報・各機関・施設などの対応について・イベント開催状況など



## 濃厚接触ってどういうこと？

濃厚接触かどうかを判断する上で重要な要素は二つあり、「距離の近さ」と「時間の長さ」です。必要な感染予防策をせずに手で触れること、または対面で互いに手を伸ばしたら届く距離（目安として2メートル）で一定時間以上接触があった場合に濃厚接触者と考えられます。

新型コロナウイルス感染症対策専門家会議では、対面で人と人との距離が近い接触（互いに手を伸ばしたら届く距離で2メートル程度）が、会話などで一定時間以上続き、多くの人々との間で交わされる環境は感染を拡大させるリスクが高いとされています。

## デマに惑わされないで！！

「お湯を飲めばコロナに効く！」  
「花崗岩がウイルスを撃退してくれる！」  
「トイレットペーパーが品薄になる。次は〇〇が無くなる！」などと、SNSなどで真偽のわからない情報が飛び交っています…。

出所のわからないデマに惑わされないよう、信頼のできる情報を取捨選択することが大切です。また「水道管に付着しているコロナウイルスを除去します」などという詐欺も出てきますので、ご注意ください。

