

家庭内での感染を防ぐために・・・

家庭内でご注意いただきたいこと

令和4年2月版

感染予防の基本

○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。



岡山県マスコット
ももっちゃん

○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をしましょう。

○密閉、密集、密接になる場面では、家庭内でもマスクを着けましょう。

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)

○咳やくしゃみが出るときは、ハンカチやひじなどで口を覆いましょう。

接触感染を防ぐため、手を使わないようにしましょう。

このほかにご注意いただきたいこと

○近距離での会話や大きな声を出すことを控えましょう。

○食べ物や飲み物、食器の共用は避けましょう。

・大皿で食べず、あらかじめ小皿で小分けにしましょう。

○タオルや歯磨き粉などの共用を避けましょう。



岡山県マスコット
ももっちゃん

○共有部分(ドアの取っ手、ノブ、ベッド柵など)は、アルコール消毒液又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。

・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、500mLの水にペットボトルのキャップ約1杯分です。))。

○トイレや洗面所は、通常の家庭用洗剤で洗い、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。
・他の家族のものと分けて洗う必要はありません。

岡山県備中県民局

体調が悪くなったとき

部屋を分けましょう

○個室で過ごしましょう。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勧めします。
- ・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。
- ・タオルや食器などは他の家族と分けましょう。

○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。

また、同居者がいる場合、入浴は最後にしましょう。

マスクをつけましょう

○体調が悪いとき、咳やくしゃみが出るときはマスクをつけましょう。

ゴミは密閉して捨てましょう

○鼻をかんだティッシュや使用後のマスク等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。

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をしましょう。

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。

・糞便からもウイルスが検出されることがあります。



岡山県マスコット
ももっちゃん

- 備北保健所新見支所 0867-72-5691
(新見市)
- 備北保健所 0866-21-2836
(高梁市)
- 備中保健所 086-434-7024
(総社市・早島町)
- 備中保健所井笠支所 0865-69-1675
(笠岡市・井原市・浅口市・里庄町・矢掛町)

岡山県備中県民局