

新型コロナウイルス

情報が届きにくい方のサポート・不安のケア

子ども・外国語話者・視覚/聴覚障害など

監修:堀成美(感染症対策コンサルタント)、杉下智彦(東京女子医科大学国際環境・熱帯医学講座教授)

編集責任:鈴木悠平(インターメディアエーター®・株式会社LITALICOチーフエディター/NPO法人soar理事)、小澤いぶき(児童精神科医・認定NPO法人PIECES代表理事)

執筆協力:室伏佑香(国立成育医療研究センター 神経内科)、益田充(外科医・救急医・精神科医)、新井陽子(被害者支援都民センター 公認心理師臨床心理士)野口晃菜(LITALICO研究所 所長)、根岸正彦(Webエンジニア)、林伸彦(産婦人科医・NPO法人親子の未来を支える会代表理事)、他
デザイン:長谷川真澄

咳・くしゃみをするときは 手を直接つかわない

ティッシュやはんかちで
口と鼻をおおう



とっさのときは
ひじの内側や袖でおおう



咳・くしゃみのある方

マスクをつける



鼻からあごまで
しっかりと

はんかちやティッシュを
持ち歩く



新型コロナウイルス情報が届きにくい方のサポート・不安のケア

手洗い・アルコールによる手指の消毒 - どんなときに? -



外から帰宅したとき



トイレにいったあと



食事のまえ



咳・くしゃみをした
鼻をかんだあと



動物をさわったあと



ケガをしたとき

新型コロナウイルス情報が届きにくい方のサポート・不安のケア

手洗い・アルコールによる手指の消毒 - どうやって? -

- 水で手をぬらす
せっけんをつける
- 手のひらを
こする
- 手の甲を
こする
- 指先・つめを
こする
- 指のあいだを
あらう
- おや指を
あらう
- 手くびを
あらう
- 水でながして
手をかわかす

すくなくとも20秒以上かけて手をあらってください

新型コロナウイルス情報が届きにくい方のサポート・不安のケア

普段からよく触るものは 定期的に消毒をする



ドアノブ



電話・スマートフォン



照明などのスイッチ



子どものおもちゃ
そのほか生活用品など

新型コロナウイルス情報が届きにくい方のサポート・不安のケア

もしかして新型コロナウイルス? - 受診のめやす -

37.5度以上の発熱・風邪の症状がある

●まずは家で安静にする ●毎日体温を測り記録する

強いだるさ
息苦しさがある

すぐに相談

高齢者・妊婦の方
基礎疾患のある方
(糖尿病・心不全など)

2日つづく

4日つづく



各都道府県の
帰国者・接触者相談センターへ
(厚生労働省)帰国者・接触者相談センターページ

新型コロナウイルス情報が届きにくい方のサポート・不安のケア