


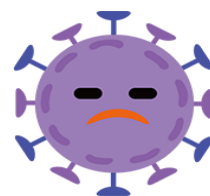
新型 (しんがた) コロナウイルス感染症 (かんせんしょう)

(COVID-19) 

家 (いえ) で休 (やす) んでいる人 (ひと) が  
気 (き) をつけること

令和 (れいわ) 3 (2021) 年 (ねん) 1月 (がつ)

## も く じ

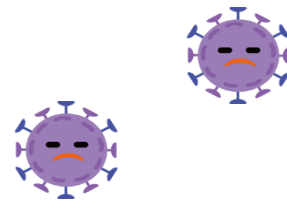
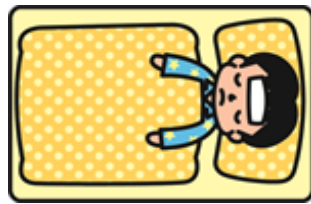


1. 新型（しんがた）コロナウイルスになった人（ひと）へ  
同（おな）じ家（いえ）に住（す）んでいる人（ひと）へ P.2
2. 新型（しんがた）コロナウイルスはどううつるの？ P.3
3. 家（いえ）で治（なお）す人（ひと）は守（まも）ってください P.4
4. 家（いえ）でうつらない 8つのポイント P.5
  1. コロナになった人（ひと）と部屋（へや）を分（わ）けましょう P.6
  2. コロナになった人（ひと）を手伝（てつだ）う人（ひと）は  
できるだけ1人（ひとり）にしましょう P.7
  3. 同（おな）じ家（いえ）にいるときもマスクをつけましょう P.8
  4. たくさん手（て）を洗（あら）いましょう P.9
  5. 外（そと）が明（あか）るいときは窓（まど）を開（あ）けましょう P.10
  6. ドアなどよく触（さわ）るところをそうじや消毒（しょうどく）しましょう P.11
  7. 汚（よご）れた服（ふく）を洗濯（せんたく）しましょう P.13
  8. ゴミはビニール袋（ぶくろ）の外（そと）に出（で）ないように  
捨（す）てましょう P.14

※新型（しんがた）コロナウイルス＝コロナ

## 1. 新型（しんがた）コロナウイルスになった人（ひと）へ

新型（しんがた）コロナウイルスになった人（ひと）でも、  
家（いえ）で休（やす）んでいる人（ひと）がいます。  
他（ほか）の人（ひと）にうつさないように、気（き）をつけること、  
同（おな）じ家（いえ）に住（す）んでいる人（ひと）が気（き）をつける  
こと。



## 1. 同（おな）じ家（いえ）に住（す）んでいる人（ひと）へ

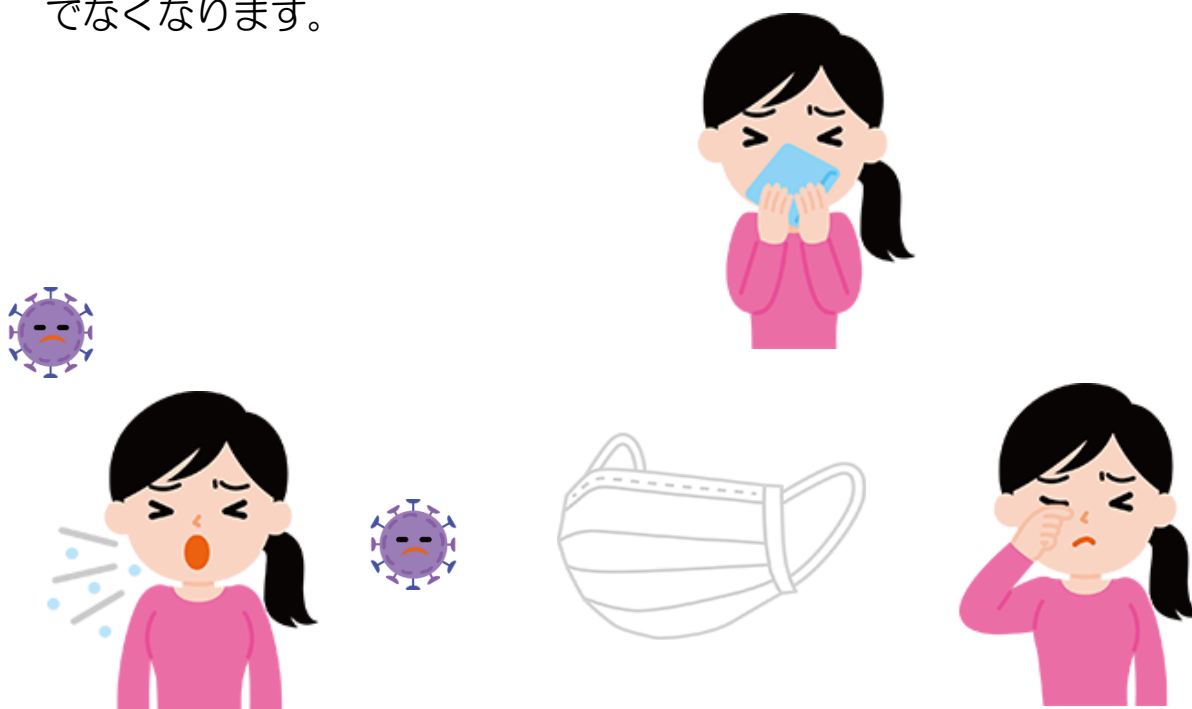
新型（しんがた）コロナウイルスになった人（ひと）の部屋（へや）に、  
入（はい）って手伝（てつだ）うときに、気（き）をつけてください。  
同（おな）じ家（いえ）に住（す）んでいる人（ひと）も、  
熱（ねつ）や咳（せき）が出（で）てないか毎日（まいにち）  
チェックしてください。  
外（そと）に出（で）るときはマスクをつけてください。  
手（て）をいつもきれいにしてください。

家（いえ）の中（なか）でコロナにうつらないために、詳（くわ）しく  
説明（せつめい）します。みんなが守（まも）ることで、ウイルスを  
広（ひろ）げないようにしましょう。

## 2. 新型（しんがた）コロナウィルスはどううつるの？

新型（しんがた）コロナウィルスを知（し）りましょう。

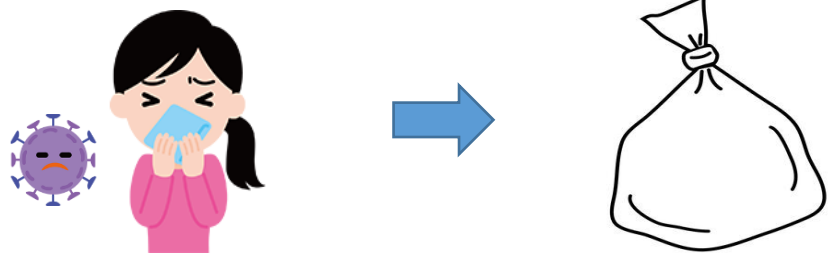
- ◆新型（しんがた）コロナウィルスは、口（くち）や鼻（はな）から出（で）るしぶきでうつります。
- ◆新型（しんがた）コロナウィルスは、空気（くうき）の中（なか）にいることがあります。
- ◆手（て）で触（さわ）るところにウィルスが残（のこ）り、同（おな）じところを触（さわ）った人（ひと）の手（て）から口（くち）や鼻（はな）に入（はい）ってコロナになります。
- ◆新型（しんがた）コロナウィルスは、家庭用洗剤（かていようせんざい）、石けん（せっけん）、アルコール、次亜塩素酸（じあえんそさん）ナトリウムでなくなります。



### 3. 家（いえ）で治（なお）す人（ひと）は守（まも）ってください

◆新型（しんがた）コロナウイルスになった人（ひと）は、家（いえ）の外（そと）に出（で）ないでください。

◆鼻（はな）をふいたティッシュは、ゴミのビニール袋（ぶくろ）に入（い）れてください。



同（おな）じ家（いえ）に住（す）んでいる人（ひと）がいるときは、

◆その人（ひと）と、同（おな）じ部屋（へや）で食（た）べたり寝（ね）たりしないでください。

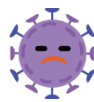
◆部屋（へや）を出（で）るときは、手（て）をきれいにしてからマスクをつけてください。

◆1時間（じかん）に1回（かい）、窓（まど）を5～10分（ぷん）あけて、部屋（へや）の空気（くうき）をきれいにしてください。



#### 4. 家（いえ）でうつらない 8つのポイント

1	コロナになった人（ひと）と部屋（へや）を分（わ）けましょう
2	コロナになった人（ひと）を手伝（てつだ）う人（ひと）はできるだけ1人（ひとり）にしましょう
3	同（おな）じ家（いえ）にいるときもマスクをつけましょう
4	たくさん手（て）を洗（あら）いましょう
5	外（そと）が明（あか）るいときは窓（まど）を開（あ）けましょう
6	ドアなどよく触（さわ）るところをそうじや消毒（しょうどく）をしましょう
7	汚（よご）れた服（ふく）を洗濯（せんたく）しましょう
8	ゴミはビニール袋（ぶくろ）の外（そと）に出（で）ないようには捨（す）てましょう



※新型（しんがた）コロナウイルス＝コロナ

## コロナになった人（ひと）と部屋（へや）を 分（わ）けましょう

コロナになった人（ひと）は、部屋（へや）から出（で）ないように  
しましょう。

他（ほか）の人（ひと）と会（あ）わないようにしましょう。

- 同（おな）じ家（いえ）に住（す）んでいる人（ひと）は、  
部屋（へや）を分（わ）けてください。
- 部屋（へや）を分（わ）けることができないときは、  
2メートル以上（いじょう）離（はな）れて  
パーティションやカーテンで分（わ）けてください。
- コロナになった人（ひと）と同（おな）じ物（もの）は、  
使（つか）わないでください。
  - ・シーツ、布団（ふとん）
  - ・タオル
  - ・お皿（さら）、フォーク、コップ
  - ・歯（は）ブラシ など
- 食（た）べるときは自分（じぶん）の部屋（へや）で食（た）べてください。  
食器（しょっき）は使（つか）い捨（す）てのものにしてください。  
食（た）べ終（お）わったらビニール袋（ぶくろ）に入（い）れて  
しばります。
- トイレやお風呂（ふろ）など同（おな）じところを使（つか）う  
ときは、手（て）を洗（あら）う・消毒（しょうどく）する・マスクを  
つけてください。
- お風呂（ふろ）やシャワーは最後（さいご）に入（はい）りましょう。



コロナになった人（ひと）を手伝（てつだ）う人（ひと）は  
できるだけ1人（ひとり）にしましょう

- コロナになった人（ひと）を手伝（てつだ）う人（ひと）は、  
1人（ひとり）にすることで、コロナになる人（ひと）を  
増（ふ）やさないようにします。  
もともと病気（びょうき）を持（も）っている人（ひと）は、  
近（ちか）くにいかないようにしてください。
- コロナになった人（ひと）の部屋（へや）に入（はい）るときは、  
マスクをつけましょう。



- コロナになった人（ひと）の体（からだ）をふいたり、手伝（てつだ）う  
ときは、マスクをつけてビニールのエプロンや手袋（てぶくろ）  
をしてください。
- 部屋（へや）を出（で）たらすぐに手（て）を洗（あら）います。
- コロナになった人（ひと）を手伝（てつだ）う人（ひと）も毎日（まいにち）  
2回（かい）は熱（ねつ）を測（はか）って気（き）をつけましょう。





## 同（おな）じ家（いえ）にいるときも マスクをつけましょう

コロナになった人（ひと）・コロナの人（ひと）を手伝（てつだ）う人（ひと）、みんながマスクをつけるとウイルスが広（ひろ）がりません。

- コロナになった人（ひと）は、同（おな）じ家（いえ）に住（す）んで  
いる人（ひと）と近（ちか）くになるときはマスクをつけます。
- マスクはサージカルマスクをつけるといいです。
- コロナになった人（ひと）を手伝（てつだ）うときは、マスクをつけて  
使（つか）ったあとは、ビニール袋（ぶくろ）に入れて、しっかり  
しばって捨（す）てます。
- コロナになった人（ひと）を手伝（てつだ）う人（ひと）は、  
自分（じぶん）のマスクの外側（そとがわ）、目（め）や口（くち）を  
触（さわ）らないように気（き）をつけてください。
- コロナになった人（ひと）を手伝（てつだ）う人（ひと）は、  
いつも手（て）をきれいにしてください。



ウイルスのついた手（て）で目（め）や鼻（はな）、口（くち）などを触（さわ）るとコロナになりやすくなります。

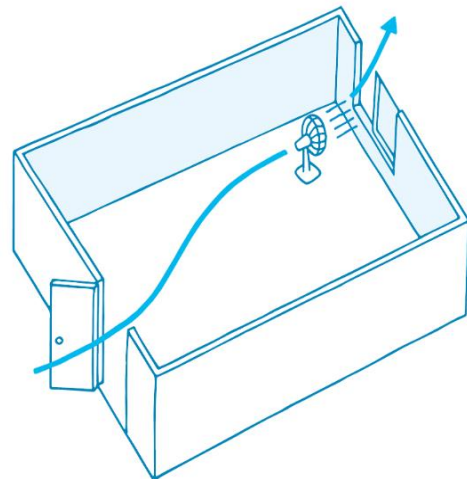
- 手（て）をたくさん洗（あら）います。石（せっ）けんで洗（あら）います。洗（あら）った後（あと）は、手（て）を自分（じぶん）のタオルでふいてしっかりかわかします。
- タオルをみんなで使（つか）うのはやめましょう。
- いつでも手（て）を消毒（しょうどく）できるように、消毒用（しょうどくよう）アルコールを持（も）っていきましょう。



外（そと）が明（あか）るいときは  
窓（まど）をあけましょう

窓（まど）をあけて部屋（へや）の空気（くうき）をきれいにしましょう。  
部屋（へや）の中（なか）に長（なが）い時間（じかん）ウイルスが  
いることがあります。

- コロナになった人（ひと）がいる部屋（へや）は、窓（まど）を  
あけて空気（くうき）をきれいにしましょう。
- コロナになった人（ひと）の部屋（へや）や、同（おな）じ家（いえ）に  
住（す）んでいる人（ひと）の部屋（へや）の窓（まど）を  
1時間（じかん）に1回（かい）、5～10分（ぷん）あけましょう。
- 窓（まど）が小（ちい）さいときや、窓（まど）が2つしかないときは、  
換気扇（かんきせん）をつけます。



## ドアなどよく触（さわ）るところを そうじや消毒（しょうどく）しましょう

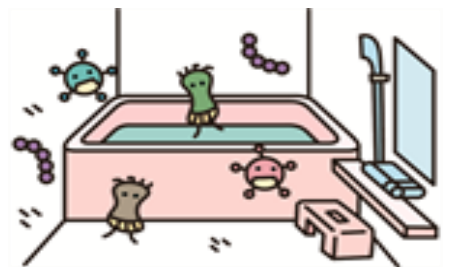
コロナになった人（ひと）が、手（て）で鼻（はな）や口（くち）を触（さわ）ると手（て）にウイルスがつきます。その手（て）でテーブルやドアを触（さわ）るとウイルスがつきます。他（ほか）の人（ひと）が同（おな）じ場所（ばしょ）を触（さわ）って、自分（じぶん）の口（くち）、鼻（はな）、目（め）を触（さわ）るとコロナがうつります。



- 窓（まど）をあけて空気（くうき）をきれいにしましょう。
- よく触（さわ）る場所（ばしょ）を消毒（しょうどく）します。

【ドアノブ・スイッチ・リモコン・トイレなど】

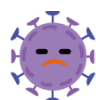
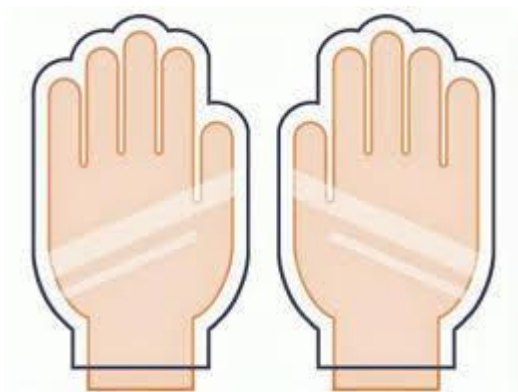
- 消毒（しょうどく）は、タオルやティッシュにつけてふきます。  
※スプレーはダメです。
- トイレやお風呂（ふろ）やシャワーなど、コロナになった人（ひと）が使（つか）ったあとは、たくさん消毒（しょうどく）しましょう。



- コロナになった人（ひと）と同（おな）じトイレを使（つか）うときは、窓（まど）をあけたり換気扇（かんきせん）を使（つか）います。コロナになった人（ひと）がトイレを使（つか）ったあとは、きれいにそうじや消毒（しょうどく）をしましょう。



- 消毒（しょうどく）するときは、1回（かい）しか使（つか）えない手袋（てぶくろ）を使（つか）ってください。使（つか）い終（お）わった手袋（てぶくろ）は、ゴミのビニール袋（ぶくろ）に入（い）れてください。その後（あと）は、よく手（て）を洗（あら）いましょう。

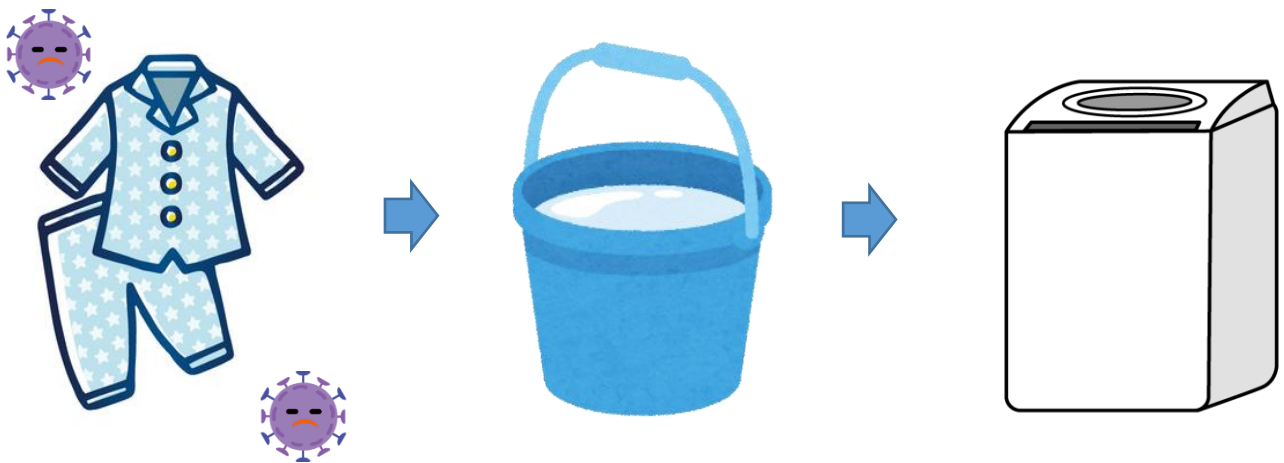


7

## 汚（よご）れた服（ふく）を 洗濯（せんたく）しましょう

タオルや服（ふく）は、コロナになった人（ひと）と同（おな）じものは使（つか）わないようにしましょう。

- 服（ふく）や布団（ふとん）などに、吐（は）いたものがついたと思（おも）うときは、80℃より熱（あつ）いお湯（ゆ）の中（なか）に、10分以上（ふんいじょう）入（い）れてから洗濯（せんたく）をしてください。
- 乾燥機（かんそうき）にかけることもいいです。



ゴミはビニール袋（ぶくろ）の外（そと）に出（で）ないように捨（す）てましょう

ゴミはしっかりしばって捨（す）てましょう。

鼻（はな）をふいたティッシュなどにもウイルスがついています。コロナになった人（ひと）が使（つか）ったティッシュなどを捨（す）てるときは、ゴミ箱（ばこ）にビニール袋（ぶくろ）をかけたところに入（い）れるようにします。ゴミ箱（ばこ）はコロナになった人（ひと）だけ使（つか）うようにします。捨（す）てたティッシュはビニール袋（ぶくろ）に入（い）れて触（さわ）らないようにしてください。気（き）になるときは、ゴミ袋（ぶくろ）を2枚（まい）使（つか）ってください。

ゴミを触（さわ）ったあとは、手（て）を洗（あら）ってください。

