



## ご家族に新型コロナウイルス感染が疑われる場合 家庭内でご注意いただきたいこと



### 部屋を分ける

- 個室にしましょう。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。
- ご本人は極力部屋から出ないようにしましょう  
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。



### マスクをつける

- 使用したマスクは他の部屋に持ち出さないでください。
- マスクの表面には触れないようにしてください。  
マスクを外す際には、ゴムやひもをつまんで外しましょう。
- マスクを外した後は必ず石鹸で手を洗うか、アルコール消毒しましょう。  
マスクが汚れたときは、すぐに新しい清潔な乾燥マスクと交換しましょう。マスクがないときに咳やくしゃみをする際は、ティッシュ等で口と鼻を覆う。



### 限られた人がお世話する

- 感染者のお世話はできるだけ限られた人にしましょう。  
心臓、肺、腎臓に持病のある方、糖尿病の方、免疫の低下した方、妊婦の方などが感染者のお世話をするのは避けてください。



### 汚れた衣類は洗濯する

- 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。  
糞便からウイルスが検出されることがあります。



## ゴミは密閉して捨てる

- 鼻をかんだティッシュ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。  
その後は直ちに石鹸で手を洗いましょう。



## 定期的に換気する

- 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しましょう。



## こまめに手を洗う

- 洗ったくない手で目や鼻、口などを触らないようにしてください。



## 手で触れる部分を消毒する

- 共有部分(ドアの取っ手、ノブ、ベッド柵など)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。
  - ・物に付着したウイルスはしばらく生存します。
  - ・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、使用量の目安に従い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、水3Lに液を25ml)
- トイレや洗面所は、通常家庭用洗剤ですすぎ、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。
  - ・感染者の使用したものを分けて洗う必要はありません。
- 洗浄前のものを共有しないようにしてください。  
特にタオルは、トイレ、洗面所、キッチンなどでは共用しないように注意しましょう。



- ・ ご本人は外出を避けてください。
- ・ ご家族、同居されている方も熱を測るなど、健康観察をし、不要不急の外出は避け、特に咳や発熱などの症状がある時には職場などに行かないでください。

# ご家族に新型コロナウイルス感染が疑われる場合 家庭内でご注意いただきたいこと ～ 8つのポイント～

(一般社団法人日本環境感染学会とりまとめを一部改変) 令和2年3月1日版

## 部屋を分けましょう

- ◆ **個室にしましょう。** 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。
- ◆ **ご本人は極力部屋から出ないようにしましょう。**  
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。

## 感染者のお世話はできるだけ限られた方で。

- ◆ 心臓、肺、腎臓に持病のある方、糖尿病の方、免疫の低下した方、妊婦の方などが感染者のお世話をするのは避けてください。

## マスクをつけましょう

- ◆ **使用したマスクは他の部屋に持ち出さないでください。**
- ◆ **マスクの表面には触れないようにしてください。** マスクを外す際には、ゴムやひもをつまんで外しましょう。
- ◆ **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)

※マスクが汚れたときは、すぐに新しい清潔な乾燥マスクと交換。

※マスクがないときなどに咳やくしゃみをする際は、ティッシュ等で口と鼻を覆う。

## こまめに手を洗いましょう

- ◆ **こまめに石鹸で手を洗いましょう、アルコール消毒をしましょう。** 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。

### 換気をしましょう

- ◆ **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しましょう。

### 手で触れる共有部分を消毒しましょう

- ◆ **共用部分（ドアの取っ手、ノブ、ベッド柵など）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。**
  - ・物に付着したウイルスはしばらく生存します。
  - ・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、水3Lに液を25mlです。））。
- ◆ **トイレや洗面所は、通常の家​​庭用洗剤ですすぎ、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。
  - ・感染者の使用したものを分けて洗​​う必要はありません。
- ◆ **洗​​浄前のものを共用しないようにしてください。**
  - ・特にタオルは、トイレ、洗面所、キッチンなどでは共用しないように注意しましょう。

### 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。**
  - ・糞便からウイルスが検出されることがあります。

### ゴミは密閉して捨てましょう

- ◆ **鼻をかんだティッシュ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。**その後は直ちに石鹼で手を洗いましょう。

- **ご本人は外出を避けて下さい。**
- **ご家族、同居されている方も熱を測るなど、健康観察をし、不要不急の外出は避け、特に咳や発熱などの症状があるときには、職場などに行かないでください。**