

# 新型コロナウイルス感染症に関するお知らせ(第22版)

令和2年11月19日発行 沼田町新型コロナウイルス感染症対策本部  
(役場保健福祉課 ☎35-2120)

## 1. 都市部だけでなく、地方でも感染拡大しています!

【集中対策期間】 11月7日(土)~11月27日(金)

感染リスクが高まる下記の場合、札幌市との往来は控えましょう。

- ①飲酒を伴う懇親会等
- ②マスクなしでの会話
- ③狭い空間での共同生活
- ④大人数や長時間に及ぶ飲食(5人以上で2時間を超える場合等)
- ⑤居場所の切り替わり(仕事中の休憩等でマスクを外す等)

## 2. 新型コロナウイルス感染症患者への誹謗中傷はおやめください!

感染地域が拡大し、身近な方が感染するかもしれません。

感染者やその家族等への差別や偏見が広がると、症状があっても誹謗中傷を恐れて受診が遅れ、重症化します。これは、地域全体に感染拡大する原因です。

感染の可能性は、誰もががあります。0か100かではありません。

町民ひとり一人が自分の立場に置き換えて、思いやりの気持ちで冷静に行動することが必要です。

## 3. 予防の基本



**マスクの着用と  
手洗いを徹底**



+

## 3密(密閉、密着、密集)を避ける!

- (1) 冬は寒いですが、1時間に5分程度窓を開けたり、換気扇を回しましょう。大人数が集まる場合は、特に心がけてください。
- (2) 手洗いは感染予防の基本です。アルコール消毒液は手洗いでできない場所で使い、特に指先には十分に使います。手が荒れて傷ができると、ウイルスが入り込む可能性があります。手の保湿も忘れずに。
- (3) 新型コロナウイルスは、発症2日前から発症後約7~10日間、感染力があります。マスクは、ウイルスを吸い込まないためだけでなく、発症前に周囲の方に感染させないためでもあります。人と会う時は必ず着用してください。フェイス(マウス)シールドのみでは、飛沫が拡散するため、効果が期待できません。
- (4) 排泄物にもウイルスが含まれています。トイレの使用後に水を流す時は、便座の蓋を閉めてから流してください。

## 4. 消毒および除菌方法と用途について（参考：www.nite.go.jp）

新型コロナウイルスの表面には、脂成分の膜が覆っているため、界面活性剤を含む洗剤で洗い流したり薬剤を用いることで、除菌や消毒の効果があります。

ただし、これらを空中噴霧しないでください。直接吸い込むと呼吸器の病気を引き起こす原因になり、火の気がある場所では引火の危険があります。

使用物品	対象		使用方法
	モノ	手指	
市販の石鹼	○	○	石鹼で30秒程度かけて流水して洗浄する。
熱湯	○	×	80℃に10分間、食器や箸等を浸す。
アルコール消毒液	○	○	手の平に500円玉程度の大きさのエタノール(濃度70～95%)を乗せ、特に指先を念入りに手全体にすり込む。引火性があるため、空中には噴霧しない。
次亜塩素酸ナトリウム水溶液（塩素系漂白剤）	○	×	次亜塩素酸ナトリウム濃度が0.05%になるよう、市販の塩素系漂白剤を薄めて拭き、その後水拭きする。
手指用以外の市販の洗剤（界面活性剤を含むもの）	○	— 未評価	家具用洗剤の場合は、製品の説明書に沿って使用。台所用洗剤は、薄めて使用する。
次亜塩素酸水（一定条件を満たすもの）	○	— 未評価	消毒する物の汚れをあらかじめ落としておき、表面をヒタヒタに濡らした後、20秒以上置いてからきれいな布や紙で拭き取る。

## 5. 飲酒を伴う会食等での工夫

- (1) 体調が悪い時は、イベントや会食などに参加しない。
- (2) 飲酒をする場合は、
  - ①少人数、短時間で（例：4人以下、2時間未満にする等）
  - ②なるべく普段一緒にいる人と
  - ③深酒、はしご酒等は控え、適度な酒量で
- (3) 返杯や回し飲みはしない。マドラーやグラスを共有しない。
- (4) 料理は個々に盛り付け、各々の取り箸を使う。食器を共有しない工夫をする。
- (5) 飲食中は静かに、会話はマスクを着用する。
- (6) 斜め向かいに席に着く（真正面や真横はなるべく避ける。）。
- (7) 感染予防のためのガイドライン（北海道宣言）を遵守しているお店を利用する。

掲載した情報は、内閣官房および厚生労働省、北海道の新型コロナ感染症対策ホームページ、さらには国立感染症研究所、国際感染症センター等の感染症専門医による調査分析結果を引用しています。新型コロナウイルスの特徴がわかるにつれて、情報は常に更新されます。このチラシの掲載内容は、現時点の情報であることをご理解ください。

裏面もご覧ください

## 6. 新型コロナウイルス感染症の相談、受診について

### ○かかりつけの医療機関がある方

発熱や呼吸器、味覚嗅覚異常等の症状がある場合、まずはかかりつけ医へのご相談又は下記をご利用ください。

### ○かかりつけの医療機関がない方

これまでどおり、下記をご利用ください。

窓 口	電話番号	開設時間	受診相談	一般相談
北海道新型コロナ ウイルス感染症 健康相談センター	0800 -222 -0018 (通話料無料)	24時間 365日	○	○
北海道深川保健所	(0164) 22-1421	平日8:45 ~17:30 土日祝・年末年始は休	○	○
沼田町役場保健福祉課	(0164) 35-2120	平日8:45 ~17:15 土日祝・年末年始は休	—	○

## 7. こころの相談窓口について

新型コロナウイルス感染症の流行が長期化し、息が詰まりそうな気持ちの方が多くあります。もし、あなたが先の見えない不安や生きづらさ等、様々な心の悩みを抱えていたら、その悩みを相談してみませんか。直接相談しづらい方は、各種の電話相談をご利用ください。

沼田町役場保健福祉課 ☎35-2120

北海道深川保健所 ☎22-1421

こころの健康相談統一ダイヤル  
☎0570-064-556

いのちの電話  
(一般社団法人日本いのちの電話連盟)  
☎0570-783-556  
毎日 午前10時~午後10時まで  
☎0120-783-556  
毎日 午後4時~午後9時まで  
毎月10日は午前8時~翌日午前8時まで

役場に来庁された場合は、個室にて対応致し、相談者のプライバシーは厳重にお守りしますのでご安心ください。

よりそいホットライン ☎0120-279-338  
※24時間対応

チャイルドライン  
(NPO法人チャイルドライン支援センター)  
☎0120-99-7777  
毎日 午後4時から午後9時まで  
18歳までが対象です。チャット相談もできます。

## 8. 身近に感染者が発生し、濃厚接触者に特定された場合は、 「沼田町新型コロナウイルス感染症自主隔離事業」をご利用ください。

新型コロナウイルス感染症患者が発生した場合、身近な感染者の早期発見と拡大防止のため、患者と濃厚に接触した方（濃厚接触者）を保健所が特定します。

濃厚接触者は、新型コロナウイルス感染症に感染している可能性があり、万が一、その方が感染、発症した場合、その家族等同居者は次なる濃厚接触者として特定されることがあります。

これらの不安軽減と感染拡大防止のため、「移住定住体験住宅」等を活用し、濃厚接触者とその家族等同居者が、一時的に生活を分離できる仕組みを設けました。

### 濃厚接触者とは…

「新型コロナウイルス感染症患者が、それを発症する2日前から入院隔離されるまでの間において、マスク着用（不織布マスク）等の感染対策をせずに、1m以内で15分以上会話（接触）した者」を目安に保健所長が特定します。

この場合は、約2週間の自宅待機等の外出制限と健康観察を受けることとなります。

### 【 この事業の利用にあたって 】

- (1) 利用される方の情報は、守秘義務のもと責任を持って管理します。
- (2) 濃厚接触者又は家族等同居者からの申請〔申し出〕が必要です。まずは、役場保健福祉課保健師にご連絡ください。
  - ・保健所が濃厚接触者を特定しますが、この情報は町には提供されません。
  - ・そのため、この事業を利用する場合には、本人又は家族から役場への申請〔申し出〕が必要です。
- (3) 濃厚接触者が、保健所による健康観察を受ける期間において利用できます。
- (4) 必要最低限の家具や家電製品、調理器具、食器類等は施設に備えてありますが、日用品や衣類、食料品等は、施設を使用される方にご用意いただきます。
- (5) 光熱水費等は実費をご負担いただきます。施設使用料はありません。
- (6) 新型コロナウイルスに感染した患者の方は、症状の程度にかかわらず利用できません。  
この場合は、医師や保健所が指示する医療機関への入院や、ホテル等の療養施設を利用することとなります。
- (7) 詳しくは、役場保健福祉課保健師に  
お問い合わせください（電話35-2120）。



～ これまで発行した「新型コロナウイルス感染症に関するお知らせ」は沼田町ホームページに掲載しております。～