



新(あた)らしい コロナウイルス
自分(じぶん) が うつらない
人(ひと) に うつさない ために
気(き)を つけて

新しいコロナウイルスってなに？

熱(ねつ) や せきが出(で)る 病気(びょうき) の 原因(げんいん)になる ウイルス です。今(いま)までにいくつか 種類(しゅるい)が見(み)ついています。

2019年(ねん) 12月(がつ)に 中国(ちゅうごく)で 見(み)つかった 新(あた)らしい ウイルスに うつると、肺炎(はいえん)などの 重(おも)い 病気(びょうき)になり、ひどい時(とき)には 死(し)ぬこともあります。



もっと知(し)りたい人(ひと)はここから→

1. どうやってうつる？

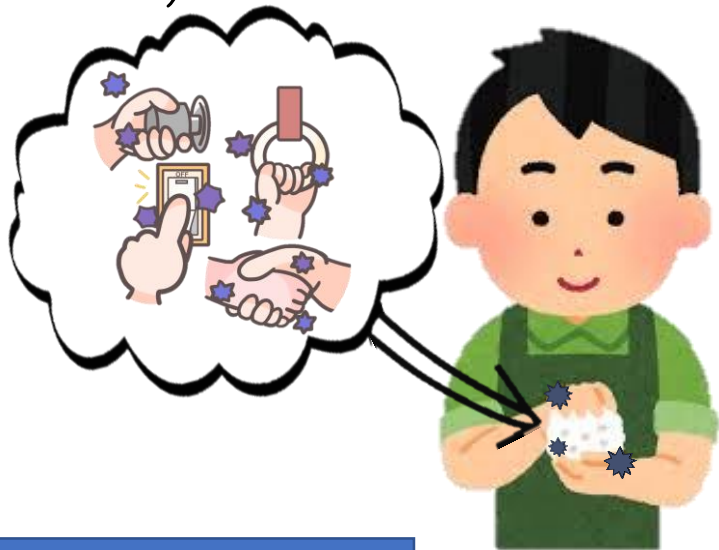
■せきやくしゃみで うつる

ウイルスがうつった人(ひと)がくしゃみやせきをするとき、つばと一緒に(いっしょ)にウイルスが出(で)て、ほかの人(ひと)がそれを口(くち)や鼻(はな)から吸(す)い込(こ)んでうつります。



■触(さわ)ってうつる

ウイルスがうつった人(ひと)が手(て)で触(さわ)ったものをほかの人(ひと)が触(さわ)ってから、自分(じぶん)の口(くち)や鼻(はな)を触(さわ)るとうつります。



2. どんな感(かん)じになる？治(なお)る？

熱(ねつ)やせきが出(で)たり、息(いき)が苦(くる)しいことが1週間(しゅうかん)くらい続(つづ)くことがあります。

体(からだ)が重(おも)く感(かん)じたり、だるく感(かん)じる人(ひと)が多(おお)いです。

食べ物(たべもの)の味(あじ)やにおいを感(かん)じないこともあります。

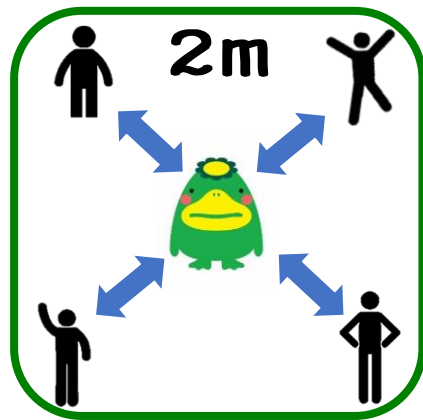
特(とく)に、年(とし)を取(と)った人(ひと)や、もともと他(ほか)の病気(びょうき)がある人(ひと)は、うつるとひどくなることがあります。

うつっても少(すこ)しもわからない人(ひと)や治(なお)る人(ひと)も多(おお)いです。

3. 自分(じぶん)が うつらない ために できること

次(つぎ)の こと を 守(まも)ってください。

- ・ 外(そと)から 家(いえ)に 帰(かえ)ったとき、料理(りょうり) を するまえ、食(た)べるまえは、手(て)を よく洗(あら)う。
- ・ 窓(まど)を 開(あ)けてよく 空気(くうき)を いれかえる。
- ・ 風(かぜ)が 通(とお)らない 場所(ばしょ)に 行(い)かない。
- ・ たくさんの 人(ひと)が 集(あつ)まっている 場所(ばしょ)に 行(い)かない。
- ・ 人(ひと)と 近(ちか)くで 話(はな)さない。
- ・ 人(ひと)と おかいあって ご飯(はん)を 食(た)べない。



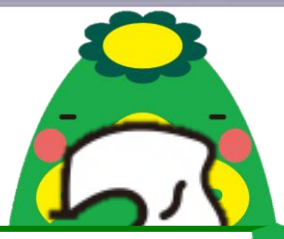
4. 人(ひと)に うつさない ために できること

- ・ 熱(ねつ) が でたときは、学校(がっこう) や 会社(かいしゃ) を 休(やす)む。
- ・ せきが 出(で)るときは マスクをする。
- ・ マスクがないときは、「せきエチケット」を 守(まも)る。

せきエチケット



マスクを する



ハンカチ や ティッシュ
シュで 押(お)さえる



うでの うちがわで
押(お)さえる

5. ウイルスが うつったかも、と思(おも)ったら

最初(さいしょ)に「久留米市(くるめし) 新型(しんがた)コロナウイルス 相談(そうだん)センター」に 電話(でんわ)をしてください。
センターの 人(ひと)は、あなたがうつった かもしれない、と考(かんが)えたときは、どこの 病院(びょういん)に 行(い)けばいいか 教(おし)えてくれます。

■すぐに 電話(でんわ) を する■

- ・ せき や 高(たか)い熱(ねつ)が 続(つづ)くとき
- ・ とても 体(からだ)が 疲(つか)れた ときや 息(いき)が 苦(くる)しい とき
- ・ 年(とし)を取(と)った人(ひと)や、もともと 他(ほか)の 病(びょう)気(き)がある人(ひと)が 少(すこ)しの 熱(ねつ)や せきが 続(つづ)く とき

■何日(なんにち)か 続(つづ)いたら 電話(でんわ) を する■

- ・ 少(すこ)しの 熱(ねつ)や せきが 続(つづ)く とき



■久留米市(くるめし)に 相談(そうだん)する とき■

久留米市(くるめし)新型(しんがた)コロナウイルス
相談(そうだん)センター

TEL:0942-30-9335

FAX:0942-30-9833

※1日中(いちにちじゅう) 毎日(まいにち)
相談(そうだん) できます

※日本語(にほんご)が 分(わ)かる人(ひと)と
電話(でんわ)してください



6. すぐに 病院(びょういん)に 行(い)ってもいい?

先(さき)に 相談(そうだん)センターや 病院(びょういん)に 電話(でんわ)して 行(い)ってください。

病院(びょういん)に 行(い)くときは、次(つぎ)の ことを 守(まも)ってください。

■マスクをする



■電車(でんしゃ)や バスは 使(つか)わない



7-1. ほかに 相談(そうだん)できる ところ

■国(くに)に相談(そうだん)するとき■

厚生労働省(こうせい ろうどうしょう) 電話相談窓口(でんわ そうだんまどぐち)

TEL: 0120-56-5653(お金(かね)は かかりません)

FAX: 03-3595-2756

※朝(あさ)9時(じ)から夜(よる)9時(じ)まで。

土曜(どよう)・日曜(にちよう) も 電話(でんわ) できます。

※祝日(しゅくじつ) は 電話(でんわ) できません。

※日本語(にほんご)が 分(わ)かる人(ひと)と いっしょに 電話(でんわ)してください。



7-2. 外国語(がいこくご)で相談(そうだん)したいとき

①福岡(ふくおか)アジア医療(いりょう)サポートセンター

・いろいろな言葉(ことば)で 病気(びょうき)や 病院(びょういん) について
相談(そうだん)できます。



TEL : 092-286-9595

※毎日(まいにち) 1日中(いちにちじゅう)
誰(だれ)でも 使(つか)うことができます

←もっと知(し)りたい人(ひと)はここから

②ふくおかよかところコールセンター

・旅行(りょこう)で 来(き)ている人(ひと)が 新(あたらしい) コロナウイルス
について 相談(そうだん)できます。

TEL : 092-687-6639

※毎日(まいにち) 1日中(いちにちじゅう)
誰(だれ)でも 使(つか)うことができます

もっと知(し)りたい人(ひと)はここから→



8. 家族(かぞく)が このウイルスに うつったら？

次(つぎ)の点(てん)を 守(まも)ってください。

(1) 病気(びょうき)の人(ひと)と 同(おな)じ部屋(へや)で
いっしょに いない。



※できないときは、カーテンなどで 部屋(へや)
を 分(わ)ける。

他(ほか)の家族(かぞく)は できるだけ 外(そと)
に 出(で)ない。

(2) 年(とし)を取(と)った人(ひと)や、他(ほか)の病気(びょうき)
がある人(ひと)や、お腹(なか)に 赤(あか)ちゃんが
いる人(ひと)は、ウイルスが うつっている人(ひと)の 世話
(せわ)をしない。

(3) マスクをつける。

(4) 石(せっ)けん や アルコール で
手(て)を洗(あら)う。

(5) 窓(まど)を 開(あ)けて
空気(くうき)を 入(い)れかえる。

(6) うつっている人(ひと) が 触(さわ)ったところは 消毒
(しょうどく)する。



※消毒(しょうどく)は、ウイルス などを
ころすこと。

よわい 消毒(しょうどく)の くすりを
作(つく)って うつった人(ひと) が
触(さわ)ったところ を ふく。

(7) 汚(よご)れた ものは てぶくろ・マスク を つけて かたづける。



※ウイルスが うつった人(ひと)が はいた(たべた)もの
を 口(くち)から だした)もの や べんから も ウイルス
が うつる。

はいた もの や べんは ペーパータオルで
ふく。

使(つか)った ペーパータオル・マスク・
てぶくろは ビニールぶくろ に いれて
すてる。

