

## 新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) の症状

- ✓ 主な症状は、**発熱 (37.5℃以上)**・**せき**・**頭痛**・**倦怠感 (のだるさ)**です。これは、一般的な風邪の症状に似ていますが、症状が長引く傾向があります。
- ✓ 症状が現れない人や軽微な人もいます。
- ✓ 潜伏期間\*は **2~12.5 日**といわれています。  
\* ウイルスが体内に入ってから症状が出始めるまでの期間のことです。



## どうやって感染するの？

一般的には**飛沫感染**、**接触感染**で感染します。  
閉鎖した空間で、近距離で多くの人と会話するなどの環境では、咳やくしゃみなどの症状がなくても感染を拡大させるリスクがあるとされています。

### 飛沫感染とは？

感染した人の咳・くしゃみ・鼻水など飛沫(とびちったしぶき)の中に含まれているウイルスを口や鼻から吸い込むことにより感染することです。

### 接触感染とは？

ウイルスが付着した手指で鼻や口や目に触れることで、粘膜などを通じてウイルスが体内に入り感染することです。

感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、その手でドアノブ、スイッチ、手すりなど周りの物や場所に触れるとウイルスが付きます。他の人がその物や場所を触れるとウイルスが手に付着し、その手で口、鼻、目を触れることで粘膜から感染します。



## ~新型コロナウイルス感染症について~ (COVID-19)

*Stay Home*

大切な人を守るために、今自分にできることを

### 新型コロナウイルス (SARS-CoV-2) とは？

「新型コロナウイルス (SARS-CoV2)」はコロナウイルスのひとつです。コロナウイルスには、一般の風邪の原因となるウイルスや、「重症急性呼吸器症候群 (SARS)」や2012年以降発生している「中東呼吸器症候群 (MERS)」ウイルスが含まれます。ウイルスは粘膜(口、鼻、目)に入り込むことはできますが、健康な皮膚には入り込むことができず表面に付着するだけとされています。物の表面についたウイルスは時間がたてば壊れてしまいます。ただし、物の種類によっては24時間~72時間くらい感染する力をもつとされています。

手洗いは、たとえ流水だけであったとしても、ウイルスを流すことができるため有効ですし、石けんを使った手洗いはコロナウイルスの膜を壊すことができるので、更に有効です。

(厚生労働省 一般市民 Q&A より)

## 電話・オンラインによる診療、服薬指導が可能になります！

新型コロナウイルス感染の観点から、お手持ちの電話やスマホで医療機関に相談や受診することができます。

◇ 下記に一例として流れを載せています (厚生労働省 「電話・オンラインによる診療がますます便利になります」ポスター抜粋)

\* 実施していない医療機関もあるため、かかりつけの医療機関や薬局に相談してみましょう。

<p><b>1 診療内容の確認</b></p> <p><b>電話・オンライン診療を行っているか確認</b></p> <p>受診しようと考えている医療機関のホームページを確認するか、直接医療機関の窓口へ、電話やオンラインによる診療を行っているかご確認ください。</p> <p><b>かかりつけ医等または最寄りの医療機関</b></p> <p>まずは、普段からかかっているかかりつけ医等にご相談ください。</p> <p>かかりつけ医等をお持ちでない方は、下記のホームページから電話・オンラインによる診療を行っている最寄りの医療機関*にご連絡ください。</p> <p><small>*医師の判断によっては、すぐに医療機関を受診する必要があるため、できるだけお住まいの近くの医療機関を選択することをお勧めします。</small></p>	<p><b>2 事前の予約</b></p> <p><b>電話の場合</b></p> <p>電話の場合は、医療機関に電話し、保険証などの情報を医療機関に伝えた上で予約します。</p> <p><b>オンライン診療の場合</b></p> <p>オンライン診療の場合は、医療機関によって予約方法は異なります。詳しくは各医療機関のホームページをご覧ください。</p> <p><b>支払い方法の確認</b></p> <p>予約の際に合わせて支払い方法についても確認します。</p>	<p><b>3 診療</b></p> <p><b>診療開始</b></p> <p>医療機関側から着信があるか、オンラインで接続され、診療が開始します。</p> <p><b>本人確認後、症状説明</b></p> <p>まずは、受診を希望されているご本人であることを確認するために、求められた個人情報を伝えた後に、症状等をご説明してください。</p> <p><b>電話やオンラインによる診療では診断や処方が必要な場合があることにはご留意ください。</b></p>	<p><b>4 診療後</b></p> <p><b>医療機関への来訪を推奨されたら</b></p> <p>医療機関に来訪して受診するよう推奨された場合は、必ず医療機関に直接かかるようにしてください。</p> <p><b>薬の処方を受けた場合</b></p> <p>薬が処方され、薬の配送を希望する場合は、薬を出してもらった最寄りの薬局を医療機関に伝えた上で、診察後、薬局に連絡してください。</p> <p>電話やオンラインによる服薬指導を受けられ、その後、薬が配送されます(薬局に来訪されて服薬指導を受ける必要がある場合もあります)。</p>
--	--	---	---

## ◇咳エチケットを守りましょう！

マスクは、咳やくしゃみによる飛沫やそこに含まれるウイルスなどの病原体が飛び散ることを防ぎます

- ✓ 咳やくしゃみなどの症状のある人はできる限り、外出を控えましょう
- ✓ 咳やくしゃみの時は周囲の人から顔を背け、1m以上離れましょう



(出典:首相官邸・厚生労働省、一部抜粋)

## ◇3つの「密」を避けましょう！

新型コロナウイルスへの対策として、クラスター(集団)の発生を防止することが重要です。不要不急の外出の自粛をしましょう。



(出典:首相官邸・厚生労働省、一部抜粋)

## ◇衛生的な手洗いをしましょう！

外出時は、多くの人に触れた場所を自分も触れている可能性があるため、外出から戻ったときは、流水と石鹸で手を洗うか、アルコールで手指を消毒しましょう。

【手洗いのタイミング】

外出から戻った後、多くの人に触れたと思われる場所を触ったとき、咳やくしゃみ、鼻をかんだ後、料理を作る前、食事の前、家族や動物の排泄物を取り扱った後、自分がトイレを利用した後



(社)日本食品衛生協会 平成24年度食品衛生指導員巡回指導資料より

## 藤沢市保健所帰国者・接触者相談センター

藤沢市の新型コロナウイルス感染症への感染が疑われる場合がある方の相談窓口

- ✓ 風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている(解熱剤を飲み続けなければならない場合を含む)
  - ✓ 強い怠さ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある
- ※ 高齢者や基礎疾患がある方は、症状が2日程度続く場合

電話番号 0466-50-8200

受付時間 午前9時～午後9時 (土日休日含む)

上記以外の相談は、保健予防課 0466-50-3593

(平日 午前8時30分～午後5時15分)

茅ヶ崎市 電話番号 0467-55-5395、0467-55-5368

鎌倉市 電話番号 0467-24-3900

その他、詳しい情報は市のホームページを御確認下さい

## ☆藤沢市民向け情報

### 微酸性電解水(消毒薬)の市民配布について

配布場所：各市民センター・公民館

(石川分館を除く)

配布時間 午前10時から午後4時まで

(正午から午後1時は除く)

藤沢市薬剤師会では、薬剤師の感染対策を徹底し、藤沢市民の皆様に正しい情報を提供するよう努めます。こんな今だからこそ、薬剤師として、公衆衛生の維持に尽力し、市民の健康を守る一番近い存在でありたいと思います。



一般社団法人 藤沢市薬剤師会

会長 齊藤 祐一