

# もし、自分や家族が、コロナウイルスに感染したり 濃厚接触者(感染したかもしれない人)になったときは

○家族や友人、周りの人にコロナウイルスをうつさないように、次のことを守ってください。

## 1. 学校、子ども未来園、児童クラブ、職場などへ早く連絡しましょう！

- ・家族に感染した人、濃厚接触者(感染したかもしれない人)が出た場合は、学校、子ども未来園、児童クラブ、職場などへ早く連絡をしてください。

## 2. 部屋を分けましょう！外に出かけるのはやめましょう！

- ・感染した人や濃厚接触者(感染したかもしれない人)は、元気な人と部屋を分けましょう。食事や寝るときも、部屋を分けてください。部屋の数が少ないときは、人と人との距離を 2mは空けて、カーテンや仕切りなどで部屋を分けるようにしましょう。
- ・感染した人や濃厚接触者(感染したかもしれない人)は、なるべく部屋から出ないようにしましょう。(トイレ、バスルームなど他の家族も使うスペースの利用は、最小限にしましょう。)
- ・感染した人や濃厚接触者(感染したかもしれない人)は、外に出かけるのはやめましょう。
- ・濃厚接触者(感染したかもしれない人)は、PCR 検査の結果が陰性(コロナウイルスに感染していない)でも、コロナウイルスに感染していないとは言い切れないため、感染した人と最後に会った日から2週間は外に出るのをやめましょう。
- ・元気な家族の人も、家の外に出るのはやめましょう。
- ・自分や家族が感染したり、濃厚接触者(感染したかもしれない人)になったりしたときは、職場や学校、保育園に、コロナウイルスに感染したことや、感染したかもしれないことを必ず連絡してください。
- ・感染した人、濃厚接触者(感染したかもしれない人)の世話などは、決まった人にお願いしましょう。子どもや高齢者、心臓や肺などに病気がある人や、糖尿病の人、妊婦などが世話をするのは避けてください。

### 3. コロナウイルスをうつさないようにしましょう。

・家の中でも家族みんな、マスクをしましょう。



・使ったマスクは、部屋の外に持ち出さないようにしましょう。

・マスクを外す場合はマスクの表面に触らないようにして、耳にかけるヒモを持ちましょう。

・マスクを外した後は、必ず石けん、またはアルコール手指消毒剤で手を洗いましょう。

・こまめに石けんで手を洗うか、アルコールで消毒をしましょう。  
(洗わない手で目や鼻、口などを触らないようにしましょう)



・トイレ、洗面所、お風呂、キッチンなどのタオルは、他の家族と同じものを使わないようにしましょう。

・こまめに窓を開けましょう。冷暖房を使っているときも、こまめに窓を開けましょう。



・共有スペース(トイレ、洗面所、キッチン、リビングなど)や、他の家族の部屋も窓を開けましょう。

・ドアノブや机、イスなど、人がよく触る場所は、薄めた家庭用塩素系漂白剤(キッチンハイターなど)で拭いた後に水拭きをしましょう。

→500ml(ペットボトル1本)の水に、塩素系漂白剤(キッチンハイター)を12.5ml(キッチンハイターのキャップ1/2杯)入れてください。それをペーパータオルやキッチンペーパーなどにしみこませて、人がよく触る場所を拭いてください。

拭いた後に、さらに水拭きをしてください。

※商品によって、濃度が違います。

カネヨブリーチ(カネヨ石鹼)、ブリーチ(ミツエイ)は500ml(ペットボトル1本)の水に、5ml入れてください。



・汗などで汚れた服を触るときは、手袋とマスクをつけ、一般的な家庭用洗剤で洗い、完全に乾かしましょう。

## 4. 保健所から自宅での待機を求められた方へ。

- ・保健所から症状が軽いため自宅待機となった感染者や濃厚接触者(感染したかもしれない人)のうち、親族や友人などから支援を受けることがむずかしい方は、犬山市役所が設置している日常生活をサポートする「緊急時生活支援チーム」の支援を受けることができます。

### 【チームが支援できること】

- ・買い物の代行(ご本人等から必要な代金を預かり、生活に必要な食糧や日用品などの買い物を代行します。)
- ・薬の受け取り代行(ご本人等から医療機関にご連絡いただき、薬のみの受け取りを代行します。)
- ・健康状態等の確認

### 【申込み】

- ・支援が必要な方は電話にてお申し込みください。  
犬山市役所 健康福祉部 福祉課 緊急時生活支援チーム

[TEL:0568-44-0319](tel:0568-44-0319)

※受付時間:月曜日から金曜日(祝日を除く)8:30~17:00

- ・通訳が必要な方は、地域協働課(0568-44-0343)に電話してください。

※通訳がいる日:

ポルトガル語	毎週月曜日・金曜日	9:00~15:00
スペイン語	毎週金曜日	13:00~16:30
タガログ語	毎月第1金曜日	13:00~16:30
英語	毎月第1金曜日	13:00~16:30
中国語	毎月第1金曜日	13:00~16:30

## 5. そのほかに、次のことに注意しましょう。

- ・感染した人や濃厚接触者(感染したかもしれない人)、また一緒に暮らしている家族は、体温が37.5℃より高くななくても、できるだけ外に出るのはやめましょう。
- ・体温が37.5℃より高いときや、せきがたくさん出るなど、いつもと体の調子が違ったら、保健所へ電話で相談してください。  
(愛知県江南保健所の相談窓口 電話番号 0587-55-1699)

## 6. よくある質問

質問1: コロナウイルスかもしれないときは、どこに相談すればいいですか？

回答: 愛知県江南保健所へ電話してください。

【電話番号】0587-55-1699

【受付時間】月曜日から金曜日までの、9:00 から 17:30 までの間

※通訳はいません。日本語を話せる人が電話してください。

質問2: PCR 検査とは何ですか？

回答: コロナウイルスに感染しているかわかる検査です。

質問 3: PCR 検査は無料ですか？ また、どこで検査することができますか？

回答: 保健所からPCR検査が必要であると言われた人は無料(¥0)です。

検査は、保健所から言われた病院で検査します。

その他の人は有料です。

質問 4: 学校に報告すると、他の人に個人名が伝わりますか？

回答: 個人の秘密は守られます。名前は、他の人に伝わりません。

質問 5: 生活について相談したいが、どうすればいいですか？

回答: あいち多文化共生センターに電話してください。通訳者がいます。

【電話番号】052-961-7902

【受付時間】月曜日から土曜日までの、10:00 から 18:00 までの間

【通訳できる言葉】

ポルトガル語、スペイン語、英語、中国語、フィリピン/タガログ語、ベトナム語、  
ネパール語、インドネシア語、タイ語、韓国語、ミャンマー語