



遊んだ後は
しっかり手洗い 忘れない

下妻保育園

広報しもつま

2021年
2月号

毎月10日発行
No. 778

発行/下妻市長公室秘書課
〒304-8501 茨城県下妻市本城町二丁目22番地
☎0296-43-2111(代) Fax0296-43-4214(代)

URL <http://www.city.shimotsuma.lg.jp/>
E-mail info@city.shimotsuma.lg.jp
印刷/富岡印刷所

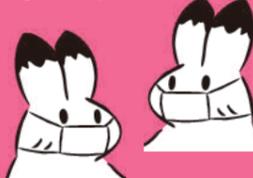
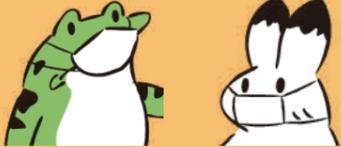


～大切な人を守るために～新型コロナウイルス感染症予防

家庭内での感染が増えています。

家庭内での感染拡大を防ぐためには、こまめな手洗い、定期的な換気、タオルや歯みがきのコップなどを共有しないことなどが有効です。

ご家族を守るためにできる感染予防を一人ひとりが実践しましょう。

<p>こまめに 手洗いをする</p> 	<p>タオルや歯みがきの コップなどは 共有しない</p> 	<p>大皿料理は避け、 一人分ずつ 盛り付ける</p> 
<p>ドアノブや 電気のスイッチ などは こまめに 消毒する</p> 	<p>目、口、鼻など ウイルスが入る部位を できるだけ 触れない ようにする</p> 	<p>定期的に 換気をする</p> 
<p>少しでも体調に異変を 感じたら家でも マスク</p> 	<p>対面では 長時間話さない</p> 	<p>外出時は、いばらき アマビエちゃん 登録店で!</p> 

1. 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。
2. タオルや歯磨きのコップなどは共有しないようにしましょう。
3. 大皿料理は避け、一人分ずつ盛り付けましょう。
4. ドアノブや電気のスイッチなど、手で触れる共有部分はこまめに消毒しましょう。
5. 目、口、鼻などウイルスが入る部分をできるだけ触れないようにしましょう。
6. 定期的に換気をしましょう。
7. 家庭内で体調に異変を感じた人がいるときは、本人・家族の双方がマスクをしましょう。
8. 対面では長時間話さないように気をつけましょう。人との距離を1～2m取りましょう。

📢 感染を疑う症状があるときの相談・受診方法

1. かかりつけ医がいる場合：事前に必ず電話連絡の上、医師の指示を仰いでください。
2. かかりつけ医がない場合・休日や夜間帯で休診の場合：「茨城県受診・相談センター」に電話し、地域の受診可能な医療機関を案内してもらいましょう。

☎029-301-3200 (土日祝日含む8:30～22:00) ☎0296-24-3911 (平日9:00～17:00)

問い合わせ先：下妻市保健センター ☎43-1990 FAX44-9744