

# 新型コロナウイルス感染症に関して

新型コロナウイルス感染症については、国内の複数地域において発生が報告されており、愛媛県内においても感染者の報告がありました。主な症状は発熱、咳、息苦しさ、体のだるさなどですが、約8割は軽症で回復します。日頃から、手洗いの徹底や咳エチケットなど、通常の感染予防に努めましょう。

## 相談窓口のご案内（24時間対応）

愛媛県と松山市が合同で、24時間相談可能な相談窓口を設置しています

新型コロナウイルス感染症に関する一般的な質問や相談は、下記の相談窓口にご連絡ください

### ☆一般相談（3月7日より下記番号に変更しています）

TEL：089-909-3468

24時間対応（土日・祝日含む）

次の症状がある方は、「**帰国者・接触者相談センター**」に**電話で相談**しましょう

- ①息苦しさ、強いだるさ、高熱等の強い症状のいずれかがある場合
- ②重症化しやすい方（※）や妊婦で、発熱や咳など比較的軽い風邪症状がある場合  
※高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患等の基礎疾患がある方、透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤を用いている方
- ③発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続く場合（4日以上の場合）は必ず

### ☆帰国者・接触者センター（3月9日より下記番号に変更しています）

TEL：089-909-3483

24時間対応（土日・祝日含む）

## 一人ひとりができる感染予防対策

### ◆手洗い

石鹸やアルコール製剤で手指を清潔にしましょう！  
特に帰宅時や調理の前後、食事前は必ずしましょう。

### ◆普段の健康管理

普段から、十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけ、免疫力を高めておきます。

### ◆人混みや流行地への外出を控える

混み合った場所、換気が不十分な屋内や乗り物では感染のリスクが高まります。

### ◆適度な湿度と定期的な換気

空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下します。乾燥しやすい室内では加湿器などを使って、適切な湿度（50～60%）を保ちます。換気も大切です。

### ◆咳エチケット

くしゃみや咳が出るときには、飛沫にウイルスを含んでいるかもしれませんので、マスクやティッシュ、ハンカチ、袖を使って口や鼻をおさえます。

## 最新情報を入手しよう！



発生状況、Q&Aについて

厚生労働省ホームページ

:新型コロナウイルス感染症について



松山東雲女子大学・短期大学 保健室