

鳥取県での過ごし方についてのお願い

令和2年4月17日版

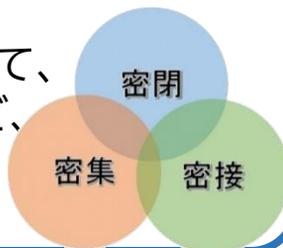
鳥取県にお越しの皆様へのお願い

- 「特定警戒都道府県」※から、お越しの方は、来県後**14日間**は、やむを得ない場合を除き、居宅・居所からの**外出を控えて**いただきますようお願いいたします。

※ 東京都、大阪府、北海道、茨城県、埼玉県、千葉県、神奈川県、石川県、岐阜県、愛知県、京都府、兵庫県、福岡県(4/16時点)

- 自らが感染を拡大する原因**となる可能性を十分に意識して、「**三つの密**」※を避け、咳エチケットに配慮していただくなど、**慎重に行動**をお願いいたします。

※「密閉空間」、「密集した場所」、「密接した会話」



家でのすごしかた

部屋を分けましょう

- 個室で過ごしましょう。**食事や寝るときも別室としてください。
- ・子どもがいる方、部屋数が少ない場合など、部屋を分けられない場合には、少なくとも2m以上の距離を保ったり、仕切りやカーテンなどを設置することをお勧めします。
 - ・寝るときは頭の位置を互い違いになるようにしましょう。
 - ・タオルや食器などは他の家族と分けましょう(処理方法は裏面に記載しています)。
- トイレ、バスルームなど共有スペースの利用は最小限にしましょう。また、同居者がいる場合、入浴は最後にしましょう。

マスクをつけましょう

- 使用したマスクは他の部屋に持ち出さないでください。
- マスクを外した後は必ず石鹸で手を洗いましょう。
(アルコール手指消毒剤でも可)
- ※マスクが汚れたときは、すぐに新しい清潔な乾燥マスクと交換。
※マスクがないときなどに咳やくしゃみをする際は、ティッシュ等で口と鼻を覆う。

こまめに手を洗いましょう

洗っていない手で目や鼻、口などを触らないようにしてください。

換気をしましょう

○定期的に換気してください。

共有スペースや他の部屋も窓を開け放しにするなど換気をしましょう。

ゴミは密閉して捨てましょう

○鼻をかんだティッシュや使用後のマスク等はすぐにビニール袋に入れ、室外に出すときは密閉して捨ててください。

共有スペースや他の部屋も窓を開け放しにするなど換気をしましょう。

手で触れる共有部分を消毒しましょう

○共有部分(ドアの取っ手、ノブ、ベッド柵など)は、薄めた市販の家庭用塩素系漂白剤で拭いた後、水拭きしましょう。

- ・物に付着したウイルスはしばらく生存します。
- ・家庭用塩素系漂白剤は、主成分が次亜塩素ナトリウムであることを確認し、使用量の目安に従って薄めて使ってください。(目安となる濃度は0.05%です(製品の濃度が6%の場合、1Lの水にペットボトルのキャップ5杯分です。))。

○トイレや洗面所は、通常の家計用洗剤ですすぎ、家庭用消毒剤でこまめに消毒しましょう。

- ・タオル、衣類、食器、箸、スプーンなどは通常の選択や洗浄でかまいません。
- ・感染者の使用したものを分けて洗う必要はありません。

○洗浄前のものを共用しないようにしてください。

汚れたリネン、衣服を洗濯しましょう

○体液で汚れた衣服、リネンを取り扱う際は、手袋とマスクをつけ、一般的な家庭用洗剤で洗濯し完全に乾かしてください。

- ・糞便からもウイルスが検出されることがあります。

風邪症状や発熱、味覚・嗅覚に違和感が出たら

「発熱・帰国者・接触者相談センター」にご相談ください。

地区	電話(24時間対応)	ファクシミリ(平日8:30~17:15)
東部地区(鳥取市保健所内)	0857-22-5625 (平日8:30~17:15)	0857-22-5669
	0857-22-8111 (上記の時間以外)	
中部地区(倉吉保健所内)	0858-23-3135、3136	0858-23-4803
西部地区(米子保健所内)	0859-31-0029	0859-34-1392



鳥取県

LINE公式アカウント
鳥取県新型コロナ対策
パーソナルサポート

鳥取県
新型コロナ感染症特設サイト

防災トリーブ
Twitter

