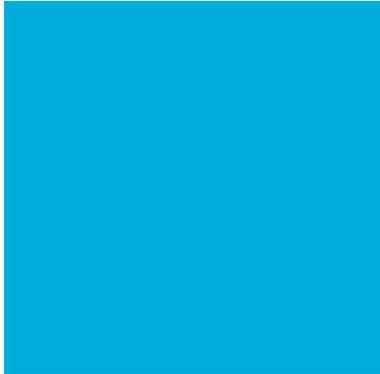
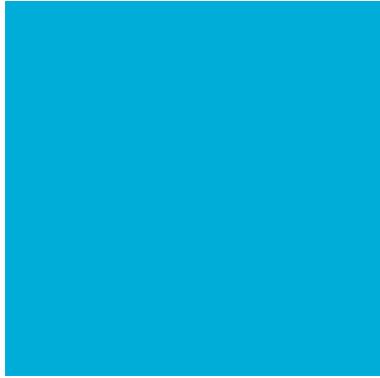


# 新型コロナウイルス感染症 特集号

11.15

令和2年  
(2020年)



感染症への正しい理解を！  
広げよう予防の輪

あなたのみちを、  
あるけるまち。 

## 日頃から感染症対策を心がけましょう

### ①正しい手洗い

手のひらだけでなく、指や爪の間、手の甲、手首までしっかり洗いましょう。



### ②マスクをしましょう

マスクは鼻と口をしっかりと覆い、マスクがないときのくしゃみや咳は、袖などで口元を抑えましょう。



### ③こまめな換気

寒い時期は、窓を閉めてしまいがちですが、屋内では30分に1回は換気をしましょう。



### ④食事中は会話をひかえめに

食事をしながらの会話は極力ひかえ、マスクをしっかりとつけてから会話をしましょう。



### ⑤無理せず早めに休む

だるい、熱っぽいなど、少しでも体調の変化を感じたら、仕事や学校は休みましょう。

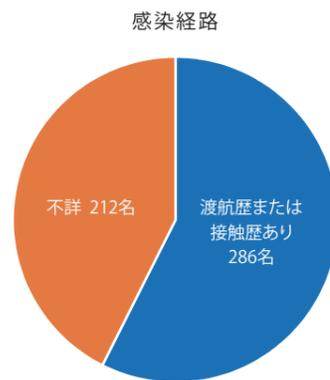
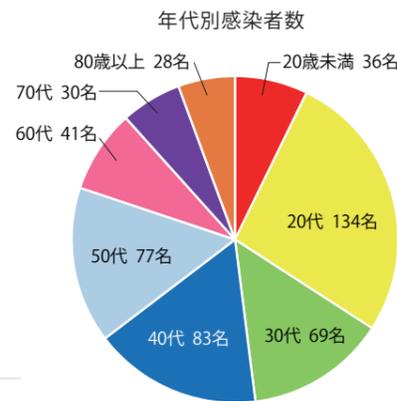
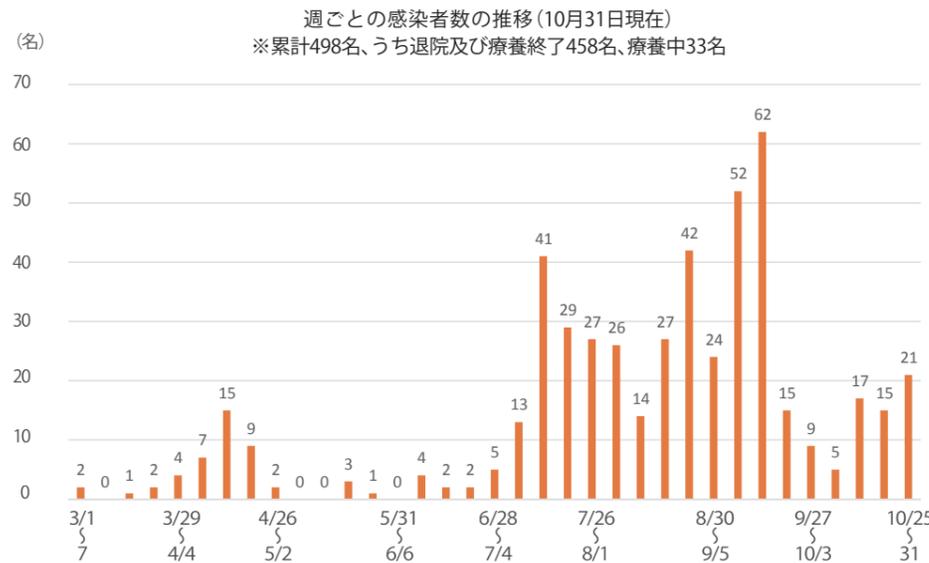


### 感染しやすい状況にご注意を！

- ・換気が悪い場所での会食や飲み会
- ・喫煙所や休憩室など、密になりやすい場所での会話
- ・大きな声や近い距離での会話
- ・食器やマイクなど、口が触れるものの共有

## 新型コロナウイルス感染症 本市の発生状況

感染者の状況(感染者の推移、年代、感染経路など)を公開しています。最新の情報は市のホームページ、または右の二次元コードからご覧ください。問い合わせは保健所(☎645・5111 ☎644・9100)へ。



# 地域の連携により感染拡大防止を！

今なお、世界中で感染者が増え続けている新型コロナウイルス感染症。今号では、医療現場の最前線で治療にあたりながら、地域医療連携にも尽力されている東京医科大学八王子医療センターの新井医師にインタビュー。分野を跨いで実施しているWEBセミナーやWEB会議、冬に向けた感染予防の注意点について伺いました。



東京医科大学八王子医療センター  
救命救急センター長  
新井 隆男 さん

## 地域全体で考える感染症対策

「最前線で治療にあたる中で感じることを教えてください。」

社会のさまざまなところに影響を及ぼしている今回の感染症。だからこそ、分野を跨いで知識を共有することが大切だと感じています。身近な地域はその第一歩。感染者をゼロにすることが目標なら、あらゆる社会活動を停止させるべきでしょう。その一方で、社会活動を「取り戻す」ための感染症対策を模索する必要があります。今、求められています。八王子医療センターではWEBセミナーを主催し、医療、教育、介護、行政の関係者と話し合いを重ねています。「どのようなことが話し合われているのでしょうか？」

## 一人ひとりが必要な対策を

「これから冬に向けて私たちはどのようなことに気を付けなければならないのでしょうか？」

WEBセミナーでも専門家の先生らが繰り返し仰っていますが、大切なのはやはり「マスクの着用」と「手指消毒」。ウイルスの侵入経路は「目・鼻・口」。手のひらや皮膚に付着しただけでは感染しません。感染拡大を防ぐためには、ウイルスを含む飛沫が目・鼻・口の粘膜に付着するのを防ぐこと。そして、感染者の80%が

長機会をできる限り奪いたくないという「価値感」を各分野のエキスパートが共有し、そのうえで、感染拡大のリスクを軽減するための「知識」の共有を、感染症の専門家を中心に進めています。



新井医師(右上)が司会を務めるWEB会議のようす。各分野で生じる悩みや問題を共有

無症状の感染症ですから常に自分が感染していると想定し、ウイルスをマスクの外に出さないこと。この2点に注意して頂けたらと思います。

「症状がない人も対策が必要だとどう思いますか？」

「そうですね。例えば会社や自宅などで誰かと会話をする時にも、お互いがマスクをしていれば、濃厚接触にはあたらず、感染のリスクは極めて低くなります。「咳エチケット」は、ウイルスから身を守るためではなく、他人にうつさないために行うものとお考えください。」

「インフルエンザの流行が懸念される中、注意すべきことはありますか？」

やはり、予防接種が有効です。それとともにこまめな手洗い、マスクの着用、健康的な食事、十分な睡眠などの予防策を取ることが大切だと思います。新型コロナウイルス感染症と違い、インフルエンザは、感染者の約半数に熱などの症状が見られます。そのため、インフルエンザが流行すると、発熱症状のある「新型コロナウイルス感染症かもしれない人」が増加することになります。このような方が病院に殺到すると、地域の医療崩壊につながる可能性も考えられます。

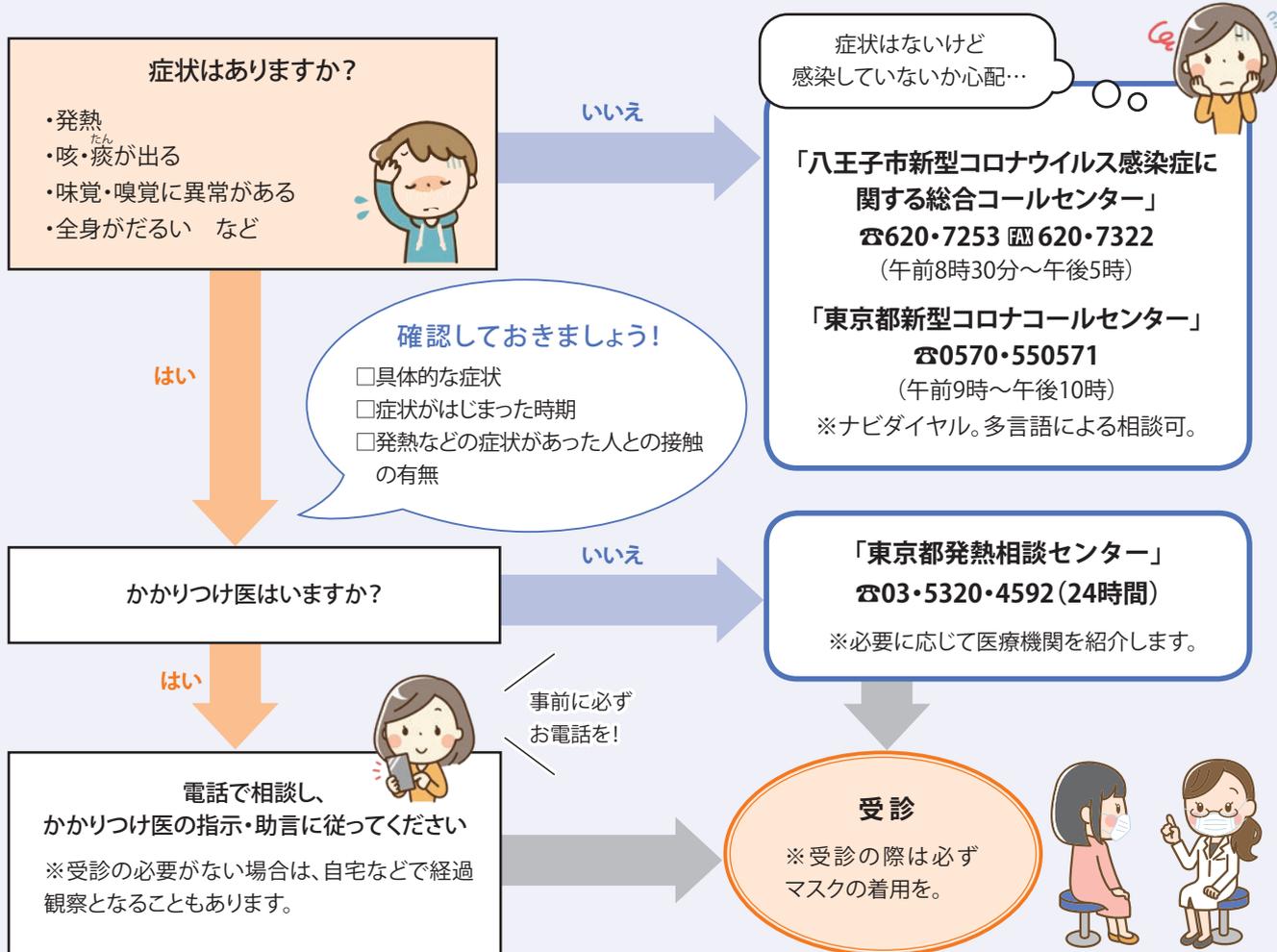
「医療崩壊ですが…」

実際、当院では今年の5月に病床が埋まってしまうという状況に陥りました。このような事態を招かないためにも、必要な対策を行ってうえで正しく恐れることが大切です。

「やはり、一人ひとりの対策が重要なんですね。」

油断せず、基本の徹底をお願いします。力を合わせてこの冬を乗り越えましょう。

# 医療機関へのかかり方



自身や大切な人の命、地域と社会を守るために――

## 新型コロナウイルス感染症接触確認アプリ (COCOA) のご利用を

接触確認アプリ (COCOA) とは、利用者の同意を前提にスマートフォンでの近接通信機能 (Bluetooth) を利用して、お互いに分からないようプライバシーを確保しながら、新型コロナウイルス感染症の陽性登録をした人との接触を通知する厚生労働省公式のアプリ (無料) です。通知がきたら、

ダウンロードはこちら



iOS



Android

アプリ内の「陽性者との接触一覧」から陽性者との接触日と件数を確認することができます。詳しくは、厚生労働省のホームページ、または右の二次元コードからご覧ください。問い合わせは、保健所健康政策課 (☎645・5111 ☎644・9100) へ。



アプリで「陽性者との接触の可能性が確認された」と通知が来た場合の相談は――

### 八王子市COCOA受付電話

☎070・1470・6941

または☎070・1279・1708

※つながりにくい場合は、☎645・5111へ。

午前8時30分～午後5時 (土・日曜日、祝・休日を除く)

流行地域への渡航や居住、患者との接触歴などがあり、発熱や呼吸器症状がある方の相談は――

### 新型コロナ受診相談窓口

☎645・5195

午前8時30分～午後5時15分 (土・日曜日、祝・休日を除く)

☎03・5320・4592

(上記以外の時間帯及び土・日曜日、祝・休日)