

## ちょっと待って! その外出、 今、本当に必要ですか?



新型コロナウイルス(国立感染症研究所提供)

### 不要不急の外出はせず、 新型コロナウイルスから大切な人の命を守りましょう

↓切り取って、見やすい所に貼るなどしてご利用ください。

#### 町民の皆さまへ

新型コロナウイルス感染症は、国内そして県内においても感染拡大が止まらず、芳賀町でも感染の危機がすぐそこまで迫っている状況です。

町では、2月3日に立ち上げた対策本部にて、日々変化する状況に応じ会議を開催し、体制を緩めることなく対策を取ってまいりました。町民の皆さまの健康を守るという重要な目的のため、イベントの中止や施設を休止していることに対し、ご理解をお願いいたします。

今回の新型コロナウイルス感染症との闘いは、いまだゴールが見えない状況にありますが、各個人が自覚し、油断することなく、正しい情報に基づき最大限の対策をとることが求められています。

基本的な対策を徹底し、不要不急の外出を避けるといった「町民一人一人の責任ある行動」が、結果として自分や家族、大切な人の命を守ることにつながると考えております。

皆さまにはご不便とご迷惑をおかけいたしますが、町民一丸となって、この難局を乗り切りましょう。

芳賀町新型コロナウイルス感染症対策本部長

芳賀町長

## 見 目 匡

#### 相談先

発熱等の症状がみられるときは、会社や学校を休み、外出を控え、毎日体温を計測し、記録してください。新型コロナウイルス感染の心配がある場合には、下記まで電話相談してください。

#### ! 相談の目安

- ・風邪の症状や37.5度以上の発熱が4日以上続いている(解熱剤を飲み続けなければならないときを含む)
    - ※ 高齢者や基礎疾患等のある人は、上記の症状が2日程度続く場合
  - ・強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある
- なお、妊婦の人は、念のためお早めにご相談ください。

#### 【新型コロナウイルス感染に関する相談】

帰国者・接触者相談センター(県東保健所) ☎0285(82)6997(24時間対応)

#### 【一般的相談】

県東健康福祉センター健康対策課 月～金 8:30～17:15 ☎0285(82)3323  
夜間・休日 ☎0285(82)3321

発熱等の風邪症状について、現時点では新型コロナウイルス感染症以外の病気による場合が圧倒的に多い状況です。風邪やインフルエンザ等の心配がある場合には、これまでと同様に、かかりつけ医等にご相談ください。

#### 町からの最新情報

企画課広報広聴係 ☎028(677)6099

芳賀町ホームページ (トップページ上「いざというときに(新型コロナウイルス関連)」)

<https://www.town.tochigi-haga.lg.jp>



芳賀チャンネルのデータ放送 (「新型コロナウイルス感染症情報」)

芳賀チャンネルを視聴中に、リモコンの「黄色ボタン」または「dボタン」を押し、文字情報を選ぶ。  
※「次ページ」の表示がある場合は、記事の続きがあるので「次のページ」を選択し、決定ボタンを押ししてください。

# 不要不急の外出はしないで！ みんなで新型コロナウイルス感染症 拡大を食い止めよう！

◆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)



◆栃木県ホームページ  
(トップページ)



- ◆一人一人が、手洗い・咳エチケット・消毒を実施しましょう。
- ◆換気が悪く、人が密集し、会話や発声のある場を避けましょう。
- ◆十分な食事や睡眠、適度な運動など、健康を維持していくことも心掛けましょう。

## 効果的な消毒方法

手指がよく触れる場所を清潔にしましょう。  
ペーパータオル等に十分に消毒液(消毒用エタノールや次亜塩素酸ナトリウム)を含ませて拭いてください。濡れている場合には、水分を十分拭き取った後に消毒を行ってください。  
※スプレーボトルでの噴霧は、ウイルス飛散の恐れがあるので好ましくありません。

## 消毒液の作り方

※次亜塩素酸ナトリウム(塩素系漂白剤約5%の原液を使用)の場合  
※5mL=ペットボトルのキャップ1杯分

用途	濃度	作り方(原液を水で薄める)
ドアノブ、手すりなど	0.05%	水500mLに対し原液5mL
便や嘔吐物が付着した床など	0.1%	水500mLに対し原液10mL

## 簡易マスクの作り方

マスクは、咳やくしゃみによる飛沫や、ウイルス等病原体の拡散を防ぐ上で高い効果を持ちます。咳やくしゃみ等の症状のある人は、マスクを着用しましょう。

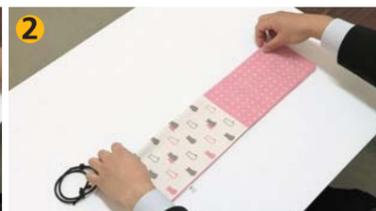
マスクの面は汚れています。触ってしまった場合には手洗いをしましょう。感染している人からの飛沫を防ぐ効果はあまり認められていないので、過信しないでください。

### 必要な物

ハンカチ1枚…ハンカチは50cm×50cmくらいの大きめで目の細かいもの。  
ヘアゴム2個…マスクの耳掛け部分になるので、太めで長いもの。



1 ハンカチを半分にします。



2 もう1回ハンカチを半分にします。



3 さらにもう1回半分に折り、8分の1の幅にします。



4 幅3等分の位置に、ヘアゴムを左右から通します。



5 それぞれヘアゴムが中に入るように、ハンカチを折ります。



6 端と端がうまく重なり合うように間に入れ込んで完成です。



7 折り込んだ側を口に当て、ヘアゴムを耳に掛けます。



8 マスクの上下を引っ張って、鼻の部分・顎の部分の隙間がなくなるように調節しましょう。

※マスクを自作する場合は、次のことに気を付けてください。

- ・口と鼻をしっかりと覆う
- ・できるだけ密着させる
- ・毎日手洗いし清潔にする

# 守りましょう、未来ある子どもたちの、命と心の健康を

## 保護者の皆さまへ

小中学校休校は、新型コロナウイルスから  
子どもたちを守るために。  
家族への感染を防ぐために。

3月の休校に続き、4月11日から26日までの期間を臨時休校としました。

### 休校の間、一番大切なことは子どもたちの健康です。

#### 健康確認

新型コロナウイルスに感染することなく健康に過ごせるよう、毎朝の検温による健康確認をお願いします。発熱等の症状があれば、学校に連絡してください。

#### 規則正しい生活

学校からの課題やプリントを計画的に実施させてください。

#### 子どもたちの悩みやストレス等の相談

各学校または学校教育課でお受けしています。どうぞご連絡ください。

お子さまと語り合う時間を大切にしてください。

岡学校教育課学校教育係 ☎028(677)1414

児童・生徒の皆さんへ  
「早寝、早起き、朝ごはん」  
日課を守り、規則正しい  
生活をしましょう。



▲安全面に配慮して実施した入学式

## ありますよ、子育てに悩む、一生懸命なあなたの相談窓口

学校の休校、外出自粛などで、家庭内でのストレスが増えていませんか？  
些細なことでも子どもを怒鳴る、たたく、親子げんかが止まらないなど、そんな時は話すだけでも気持ちが楽になります。どうぞご相談ください。

相談窓口 町子育て世代包括支援センター「にこっと」 ☎028(677)6040

## 学童保育(放課後児童クラブ)

町では、学校休校中の学童保育開所を行い、可能な限りの感染予防策を講じながらお子さまをお預かりしていますが、多人数が長時間集まることの感染リスクは決して低くはありません。お子さまの感染リスクを少しでも避けるため、今一度、ご自宅で過ごす方法はないかご検討ください。

岡子育て支援課児童保育係 ☎028(677)6024

# 家庭における災害への備えが重要です！ (新型コロナウイルスの感染が拡大するこの時だから)

「ご家庭の備蓄状況を確認」 今一度、水や食料品等の備蓄状況を確認し、災害に備えてください。

「自分の安全は自分で守る」 避難所の過密状態を防止するため、ご自宅での待機をお願いする可能性があります。

岡総務課地域安全対策係 ☎028(677)6029