

## Q 家族が感染しているかも

→ 部屋を分ける。使ったマスクやゴミの扱いにも注意

感染が疑われる人と過ごす場合は以下に気を付けてください。  
 ①部屋を分け、本人は部屋から極力出ない／②世話は限られた人数で行う／③マスクをつけ、使用したマスクは他の部屋に持ち出さない／④こまめに手洗い・消毒／⑤定期的に換気／⑥手で触れる共有部分はよく消毒／⑦汚れたりネン、衣服は洗濯し、タオルなども共同で利用しない／⑧使用したティッシュのゴミなどは密閉して捨てる

A

## Q 直接、医療機関を受診していいの？

→ 風邪だと思っても、必ず電話してから受診を

新型コロナウイルスの感染が疑われる場合には、まずは帰国者・接触者相談センターに電話してください。直接、医療機関を受診すると、感染を広げたり、感染していない場合には自分が感染するリスクを高めたりすることに。軽い発熱などで医療機関を受診する場合も、事前に必ず電話で医療機関に相談してください。

A

## Q 感染者の情報を知りたい

→ 感染症法などに基づき、新潟県が情報を公表

感染者が確認された場合、新潟県が感染拡大の防止に必要な範囲で、患者の年代、性別、国籍、職業などの情報を公表します（原則、市内の居住地や詳細な行動歴などは非公表）。市は人権尊重と個人情報の保護、風評被害の防止などに配慮し、県が公表した情報をホームページなどでお知らせします。

A



長岡市新型コロナウイルス感染症対策アドバイザー  
 おくがわ小児クリニック院長  
 奥川 敬祥 さん

### 感染予防と体調管理を

このウイルスは一部の人が重症化する一方、ほとんど症状が出ない人もいるため、感染拡大の阻止が非常に難しいウイルスです。これまでの集団感染の多くが3密（密閉・密集・密接）の場面で発生しています。

市民のみなさんは手洗い、せきエチケットを徹底し、不要不急の外出はお

控えてください。戦いは長期戦の様相です。こんな時、私たちにできることは体調を整えて過ごすことです。免疫力が高まるよう、規則正しい生活と深い睡眠がとても大切です。

今年は長岡花火も残念ながら中止となりましたが、みんなで力を合わせてこの試練を乗り越えましょう。いつかまた、長岡の夜空にあのフェニックス花火を、みんなで打ち上げようではありませんか。

# 正しく知って、正しく恐れる 新型コロナウイルス Q&A

長岡市新型コロナウイルス感染症対策アドバイザー・奥川敬祥さん監修（次ページ下）。

▶奥川さんが解説する感染拡大防止に関する動画はこちら



## 質問

## Q 新型コロナウイルスはどんなウイルス？

→ 飛沫や接触で感染。1週間以内に発症する人も多い

感染経路は主に飛沫（くしゃみやせき、つばなど）の吸い込みとウイルスが付いた物に接触する2つが考えられます。一般的に潜伏期間は2週間とされていますが、5日から7日程度で発症する人も多いようです。感染者の約7割は軽症で経過しますが、高齢者や持病のある人は肺炎など重症化しやすいとされています。

## 答え

A

## Q 一体いつになったら終息するの？

→ 感染拡大は当面続きそう。感染者数の抑制がカギ

感染拡大はしばらく続きそうで、複数回の感染の波が来る可能性も考えられます。今後「感染者の増加スピードを抑えること」と「流行の規模を縮小し、感染者の総数を減らすこと」が必須。そのために、各自ができる感染予防や外出の自粛などを徹底していくことが重要です。▶11ページ「万が一に備え予防を」もチェック

A

## Q もしかして私、感染したのかも…

→ 風邪症状や発熱が4日以上、強いだるさなどがあれば相談

発熱やせき、のどの痛みなどの風邪の症状がある時は、自宅での安静・療養を原則とし、毎日体温を記録してください。

風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上（高齢者や持病のある人、妊娠している人は2日以上）続く、強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある場合は、速やかに新潟県「帰国者・接触者相談センター（☎33・4932）」に電話で相談してください。▶10ページ「不安は、早めに相談」もチェック

A