

佐倉市版 新型コロナウイルスに負けないために ～感染症予防親子編～

1



- お外に出る時はマスクをしよう
- 2歳未満の子どもにマスクを使用するのはやめましょう！（マスクで呼吸がしにくくなったり、熱中症の危険があります）※公益社団法人 日本小児科医会より

5



親子で手洗いをこまめにしよう！

- ★10秒洗い流水で15秒すすぐ
- ♪ハッピーバースデーの曲を2回歌おう

8



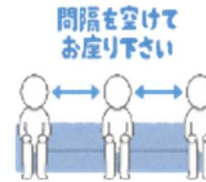
予防接種は、可能な限り予定通りに実施できるように、かかりつけ医療機関と相談しましょう

2



日中は1時間に1回5～10分の換気を

6



両手を伸ばしてぶつからない程度に（人との距離は2メートル空ける）

9



受診に迷う場合は、一旦**かかりつけの医療機関に相談後**、受診しましょう
～朝・夕に体温を記録しておこう～

3



おうちで楽しみをみつけよう！

7



家の中の手で触れる部分を消毒しよう！
場所：ドアノブ、スイッチ、ベット柵
薬液：0.05%の次亜塩素酸ナトリウム（薄めた漂白剤）で拭いた後、水拭きするか、アルコールで拭きましょう

10



下痢の感染症患者や濃厚接触者が使用したトイレは消毒を！
～次亜塩素酸ナトリウム水溶液 0.05%又はアルコール 70%で～

4



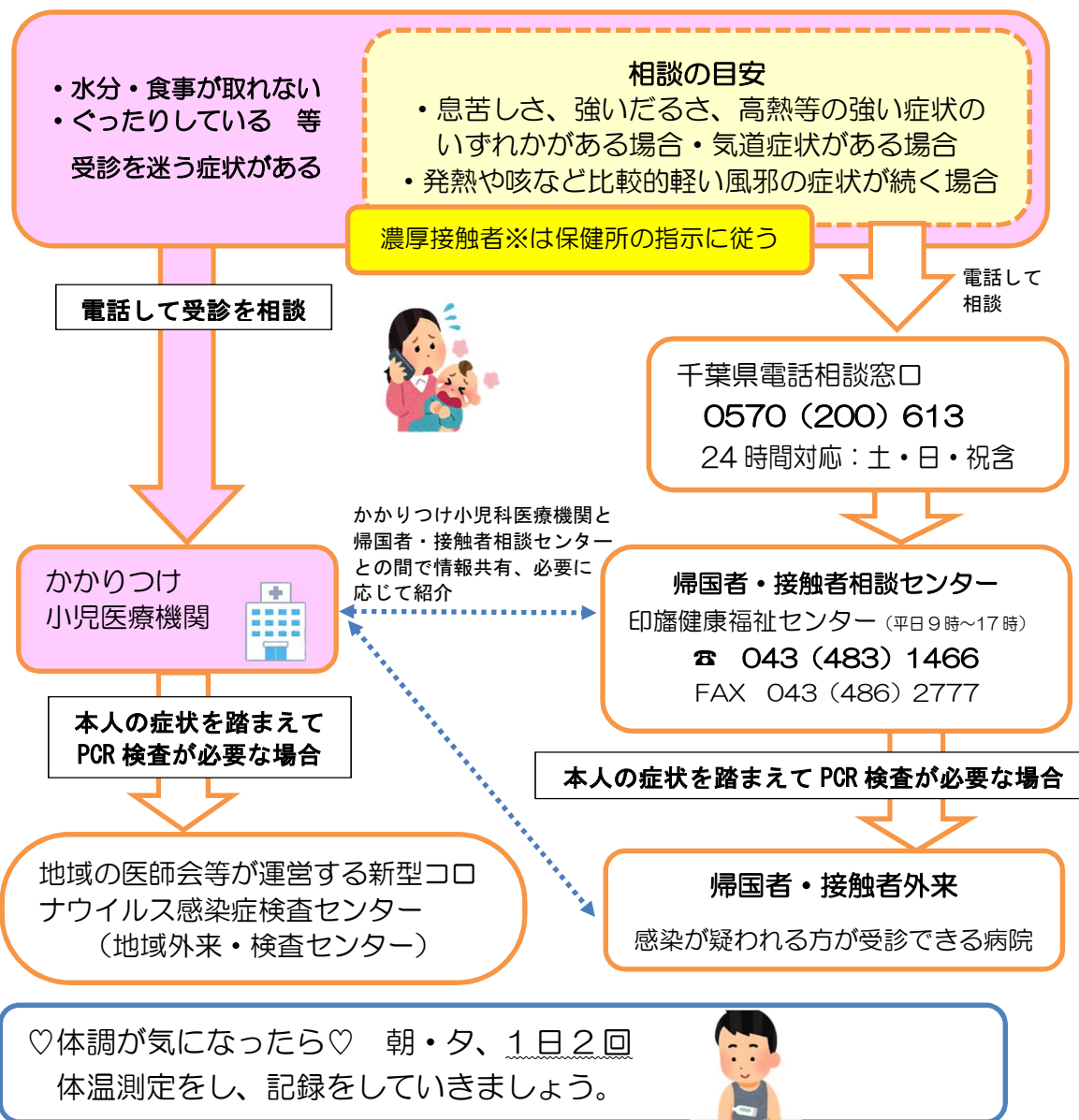
- バランスの良い食事をとお子さんと一緒に作ろう
- 腸内環境を整えるのに効果がある発酵食品や食物繊維を取ろう

★佐倉市子育て支援課作成

★⑦と⑨の詳細は裏面にあります。

子どもに受診を迷う症状があるときの相談・受診の流れ

子どもは風邪の症状を認めやすく、また症状を正確に訴えられないこともあることから、相談の目安に関わらず、小児科医による診察を必要とすることがあります。このため、受診に迷う場合は、かかりつけ小児医療機関に電話で相談してください。



◎家の中の共有部分を消毒しよう！ (塩素系漂白剤希釈方法)

メーカー (五十音順)	商品名	濃度 0.05%の作り方の例
花王	ハイター	水 1L に本商品 25m l (商品付属キャップ1杯)
	キッチンハイター	水 1L に本商品 25m l (商品付属キャップ1杯)
カネヨ 石鹸	カネヨブリーチ	水 1L に本商品 10m l (商品付属キャップ1/2杯)
	カネヨキッチンブリーチ	水 1L に本商品 10m l (商品付属キャップ1/2杯)
ミツエイ	ブリーチ	水 1L に本商品 10m l (商品付属キャップ1/2杯)
	キッチンブリーチ	水 1L に本商品 10m l (商品付属キャップ1/2杯)

【注意事項】

- ※**家事用手袋**を着用してください。
- ※**金属は腐食**しますので**ご使用後は水拭き**してください。
- ※**換気**をしてください。
- ※他の薬品と**混ぜない**てください。
- ※**空のペットボトル**で作成した場合は、**マジック**などで明記し**誤飲にご注意**ください。
- ※**お子さんの手が届かないところ**に保管しましょう。



◎電話やオンライン診療をしている医療機関

【厚生労働省ホームページより】

短縮 URL <https://onl.tw/1N1HM4FI>



※濃厚接触者とは？

- ① 患者と同居あるいは長時間の接触 (車内、航空機内等)
- ② 適切な感染防護無しに患者と診察、看護若しくは介護していた者
- ③ 患者の気道分泌液もしくは体液等の汚染物質に直接触れた可能性が高い者
- ④ 手で触れることのできる距離を感染者と1メートルかつ感染予防なしで15分以上の接触があった者とする。