

## 自宅待機される方の同居者の方へ



### お世話をする人を可能な限り限定しましょう

- ◆心臓や肺、腎臓に持病のある方、糖尿病の方、免疫の低下した方、妊婦の方などは、療養中の方のお世話はしないでください。
- ◆ご家族など同居されている方も、毎日2回体温を測定し、健康状態を確認するとともに、不要不急の外出を避けてください。
- ◆また、咳や発熱などの症状がみられたときには、保健所へお知らせください。

### マスクを着用しましょう

- ◆療養中の方が過ごす部屋に入るときは、マスクを着用しましょう。

### こまめに手洗いをしてください

- ◆こまめに石けんで手を洗うもしくは、アルコール消毒をしてください。
- ◆使用するタオルは、各自専用のものにし、療養中の方とは共用しなでください。

### 部屋の換気をしてください

- ◆療養している部屋や共有スペースなどは、定期的に換気をしてください。

### 手でよく触れる共有部分を消毒しましょう

- ◆共用部分(ドアノブ、スイッチ、手すりなど)は、市販の家庭用塩素系漂白剤(主成分が次亜塩素酸ナトリウム。製品に表示されているとおり希釈)で拭いた後、水拭きしましょう。
- ◆トイレや洗面所は、通常の家用品用洗剤で清掃し、家庭用消毒剤でこまめに消毒しましょう。

### ゴミは密封して捨ててください

- ◆使用したらマスクやティッシュ、手袋等を捨てるときは、他の人がそれらに触れないよう、ゴミ袋の口をしっかり縛って捨ててください。

### 療養中の方が使った衣服やタオル、シーツなどを洗濯しましょう

- ◆衣服やタオル、シーツなど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。