

# 「新型コロナウイルス」による風邪がはやっています

## コロナウイルスって？



今までになかった**かぜのウイルス**です

**口**や**鼻**、**目**からからだに入ります

いつもより長引く**かぜ**の**症状**があらわれます

**肺炎**になることもあります

## どうやって感染するの？

**ウイルス**を持つ人の**せきやくしゃみ**からうつります。

たんやつばきのなかにウイルスがいます

それが知らないうちに自分の手について

**口**や**目**から**体**に入ります



すいみん、えいよう、  
しっかり取ろうね！

## 予防するには、どうしたらいいの？

**せっけん**をつけて、よく**手**を洗いましょう

とくに**ご飯**の前はていねいに洗います

**消毒液**があれば、**手指**を消毒しましょう

## こんな時には相談を

**ねつ**が続く、**せき**が長引く、  
**いきぐるしい**、**だるくてつらい**

とくに**喘息**や**心臓病**、**糖尿病**がある方は、

**早め**に**相談**しましょう。**相談先**は**ウラ**面へ



## マスクの使い方

1. **咳やくしゃみ**で**風邪**を他人にうつさないのがマスクの役目です
2. マスクは**鼻**までおおいます
3. **口・鼻**をおおう部分は**バイ菌**が**付着**しています  
手で**触**らないようにしましょう  
ヒモの部分を持って**取り外**ししてください
4. 使い捨てマスクの**再利用**は、**原則**おすすりません
5. どうしても**再利用**したいときは、**石けん**で**押し洗い**をして、よく**乾**かしてから**使**ってください



しんがた

# 新型コロナウイルスによるかぜの症状に気を付けましょう

しょうじょう き つ



世界の医療団



## かんせんしょう とくちょう コロナウイルス感染症の特徴

1. うつってから約5日(1-14日間)後に症状が出ます
2. 熱、咳、痰、のどの痛み、鼻水、だるさがあります
3. 吐いたり、下痢をすることもあります
4. これらの症状が、1週間ほど続きます  
いつもの風邪よりも長引きます
5. 熱は高くないのに、ひどいだるさを感じるのが特徴です
6. ほとんどの人は、自然に治ります
7. 約2割の人に、肺炎が起きます。糖尿病や喘息、  
心臓病のある人、お年寄りになりやすいです

せき たん で  
咳や痰が出るときは、マスクをしましょう

いきぐる かん そうだん  
息苦しさを感したら、すぐに相談しましょう

## そうだん 相談のしかた



### そうだん だんわ 相談センターに電話

まいにち じ じ フリーダイヤル (厚生労働省)

0120-565653

へいじつ じ じ ちか ほけんじょ かくく だんわ  
平日9時~17時 近くの保健所(各区)に電話

へいじつ じいこう どもにちしゆくじつ じかん どうきょうと  
平日17時以降 & 土日祝日24時間 (東京都)

03-5320-4592

### ほけんしょう かた 保険証のない方

ちか ふくしじむしょ い  
近くの福祉事務所に行く

みぢか しえんだんたい そうだん  
または 身近な支援団体に相談する

### せいかつ ほ ごじゅきゆうちゆう かた 生活保護受給中の方

たんどう れんらく  
担当ケースワーカーに連絡

はいふもと  
【配布元】

せかい いりょうだん  
世界の医療団



てのはし  
& TENOHASI



ただ いけぶくろいりょう せいかつそうだんかい  
炊き出し、池袋医療・生活相談会

まいつきだい だい じょうび  
(毎月第2、第4土曜日 17:00~)

ひがしいけぶくろちゆうおうこうえん  
東池袋中央公園

認定 NPO 法人 世界の医療団 ハウジングファースト東京プロジェクト 2020年3月作成

\*本紙は、情報が届きにくい方への新型コロナウイルス感染症の感染予防と情報提供を目的として、医療者監修のもと現時点での情報をまとめ作成した資料です。