

しんがた びょうき
新型コロナウイルス (COVID-19) の 病気について

しんがた びょうき
■ 新型コロナウイルスの 病気とは 何ですか。

2019年12月に 中国 の 湖北省で みつかった 新しい コロナウイルスが 原因となる 病気です。ねつや せきが できる 病気です。肺炎になる 人も います。せきや くしゃみで 人へ うつります。

つぎ きこくしゃ せつしよくしゃそうだん
■ 次の人は 「帰国者・接触者相談センター」へ きいてください。

- せきや 37.5℃より 高い ねつが 4日より 長く つづく人 (高齢者や 病気が ある人は 2日)
- とても 体が つかれていたり、息が くるしい 人

センターの 人が 病院を 教えます。マスクをして、電車や バスを 使わないで 病院へ 行ってください。

ぜんこく きこくしゃ せつしよくしゃそうだん
全国の 帰国者・接触者相談センター

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/covid19-kikokusyasessyokusya.html



びょうき
■ 病気に ならないために 気をつけること・病気を うつさないために 気をつけること

ねつが あるときは、学校や 会社を 休んでください

じぶん き
自分で 気をつけること

- | | |
|-----------------------|--------------------|
| • 外から かえったら 手を よく洗う | • ときどき 部屋の まどを あける |
| • 外から かえったら うがいを する | • よく 寝る |
| • アルコールで 手を ふく | • バランスよく 食べ物を 食べる |
| • 人が たくさんいる ところへ 行かない | |

せき・くしゃみが できる とき

- せき、くしゃみが できる ときは マスクを する
- (マスクがないとき) せき、くしゃみを するときは ティッシュや うでの うち側で する



しんがた じょうほう
新型コロナウイルスの いろいろな ことばの 情報

<http://www.clair.or.jp/tabunka/portal/info/contents/114517.php>



しんがた ころなういるす でんわそうだん
□ 新型コロナウイルスについての 電話相談

- **新型コロナウイルス相談センター (高知) ☎088-823-9300**

【じかん】9:00-21:00 (まいにち) 【ことば】にほんご

- **日本政府観光局 (JNTO) ☎050-3816-2787**

【じかん】24じかん (まいにち) 【ことば】ちゅうごくご えいご かんこくご にほんご

て あら
手を洗いましょう。

せっけんを つかって あら 洗いましょう。

<p>て あら まえ 手を洗う前</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ 爪は <small>つめ みじか き</small> 短く 切っていますか? ◆ 時計や <small>とけい ゆびわ</small> 指輪は <small>はず</small> 外しましょう <p>Check!</p> 		<p>よご 汚れが のこ 残りやすいところ</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ 指の <small>ゆび きみ</small> 先 ◆ 指の <small>ゆび あいだ</small> 間 ◆ 親指の <small>おやゆび まわり</small> 周り ◆ <small>てくび</small> 手首 ◆ <small>て</small> 手の <small>しわ</small> しわ
<p>(1) <small>あわだ</small> せっけんを <small>て</small> 泡立て、手のひらを よく こする</p>	<p>(2) <small>て こう</small> 手の甲を こする</p>	
		
<p>(3) <small>ゆびさき つめ あいだ</small> 指先や 爪の 間を しっかり こする</p>	<p>(4) <small>ゆび あいだ あらう</small> 指の 間を 洗う</p>	
		
<p>(5) <small>おやゆび て</small> 親指と 手のひらを 洗う</p>	<p>(6) <small>てくび あらう</small> 手首を 洗う</p>	
		
<p>せっけんを <small>みず なが</small> 水で 流す。きれいな タオルで ふく。</p>		