

# 寒冷な場面における 新型コロナウイルス感染防止などのポイント

## ① 基本的な感染防止対策の実施

- マスクを着用(ウイルスを移さない)
- 人と人の距離を確保(1mを目安に)
- 右記の「5つの場面」に気を付けよう
- 「感染リスクを下げながら会食を楽しむ工夫」(12月号掲載)を参考に
- 3密を避ける、大声を出さない

## ② 寒い環境でも換気の実施

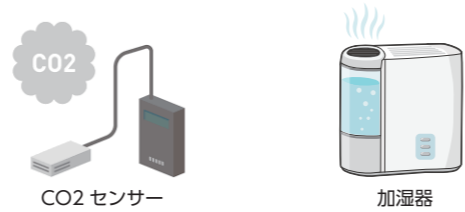
- 機械換気による常時換気を(強制的に換気を行うもので2003年7月以降は住宅にも設置)
- 機械換気が無い場合は、室温が下がらない範囲で常時窓開け(窓を少し開け、室温は18℃以上を目安!)
  - ・ 連続した部屋などを用いた2段階の換気(例:使用していない部屋の窓を大きく開ける)
  - ・ HEPAフィルター付きの空気清浄機の使用
- 飲食店などで可能な場合は、CO2センサーを設置し、二酸化炭素濃度をモニターし、適切な換気により1000ppm以下(機械換気の場合。窓開け換気の場合は目安)を維持

## 「5つの場面」

- 場面①: 飲酒を伴う懇親会
- 場面②: 大人数や長時間におよぶ飲食
- 場面③: マスクなしでの会話
- 場面④: 狭い空間での共同生活
- 場面⑤: 居場所の切り替わり

## ③ 適度な保湿(湿度40%以上を目安)

- 換気しながら加湿を(加湿器使用や洗濯物の室内干し)
- こまめな拭き掃除を



## 発熱などの症状がある場合の相談窓口(新型コロナウイルス感染症)

### 発熱などの症状がある人へ まずは、電話でご相談ください

適切な感染予防対策がとられた環境で安心して受診できるよう、予約受診など医療機関の指示に従いましょう。

- **かかりつけ医がある人** 最寄りの診療所に相談できる人

**まずは、かかりつけ医に電話でご相談ください**  
(最寄りの診療所)

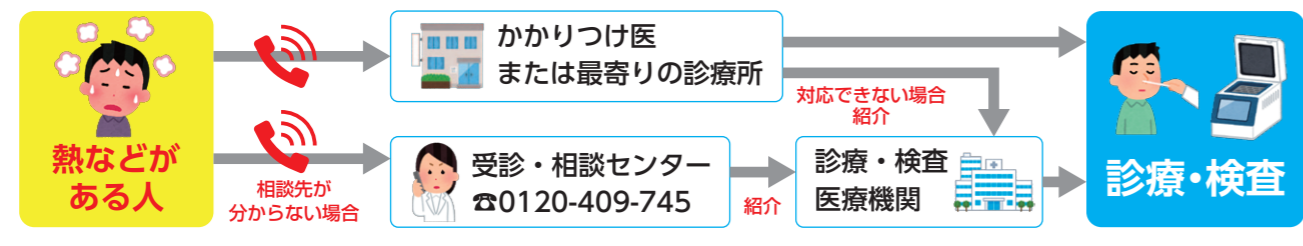
- **かかりつけ医が無い人** 夜間・休日に受診可能な医療機関を探している人

**【長崎県受診・相談センター】に電話でご相談ください**

☎0120-409-745 ・対応時間…土日祝日含む24時間 ・エリア…県内全域

※保健師などの専門職が相談に応じ、「診療・検査医療機関」などを案内します。

- 発熱などがある人は、直接または複数の病院を受診することにより感染が拡大する恐れがありますので、指示を仰ぎましょう。
- 受診の際は、マスクの着用や咳エチケットの徹底をお願いします。



新型コロナウイルスが世界中で猛威をふるった2020年。皆さんにとって、どのような1年だったでしょうか？南島原市の1年もいろんな出来事がありました。写真とともに振り返ります。

# 南島原市の2020年を振り返る

1月

- 「長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産」世界遺産登録1周年記念シンポジウムを開催 ①

2月

- 西南学院大学博物館との連携特別展「碑に刻む一供養される霊魂たち」を開催 ②

3月

- 市新型コロナウイルス感染症対策本部を設置
- 口之津港ターミナルビルが落成し、口之津支所が同ビルに開所 ③

4月

- 市立認定こども園「北有馬こども園」が開園 ④
- 建設課内に「自転車道路整備班」を新設
- 全国に緊急事態宣言が発令

5月

- みそ五郎像・ろくべえどん像にマスク着用
- 口之津港ターミナルビルに口之津歴史民俗資料館(愛称:くちのつポートミュージアム)がオープン ⑤

6月

- 「ふるさと支え愛プロジェクト」で市外在住の本市出身学生などに市特産品を発送 ⑥

7月

- 南島原ひまわり村が第4回食育活動表彰で農林水産大臣賞を県内で初受賞 ⑦

8月

- 島原手延そうめんを全国に発信するため、地域おこし協力隊を1名採用
- 市商工会や金融機関など関係6者による「地域通貨事業の展開における連携協力に関する協定」を締結 ⑧

9月

- 台風10号が接近、避難勧告を発令。約1,900人が避難所へ避難
- 深江町で「皮ごと食べられるバナナ」の栽培を開始 ⑨

10月

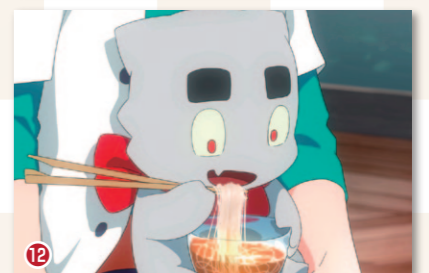
- 南島原市表彰式で54人と1団体を表彰
- 宮城県南三陸町が本市へ感謝状 ⑩

11月

- 市内農産物・農産加工品の販路拡大を後押しする商談会を初開催 ⑪

12月

- アニメ「巨神と氷華の城」全4話を動画サイト「YouTube」などで公開 ⑫



今年は、新型コロナウイルス感染症の影響で延期となっていた「東京2020オリンピック・パラリンピック」が開催される予定です。また、東日本大震災が発生してから10年が経過します。近年、局地的な集中豪雨や土砂災害が全国各地で多発し、災害が激化しています。普段からの備えと、早め早めの行動を心がけましょう。

今年の干支は「丑」です。牛の歩みのように一歩ずつでも新しい日常に向かっていきますよう、令和3年が皆さんにとって素晴らしい1年になることをお祈りします。