

う け つ け よ う

うけつけ わた

氏名（ふりがな） しめい	年齢 ねんれい

かんせんしょう

①	・新型コロナウイルスの感染が確認され、自宅療養中、または入院・入所待機中ですか。	はい・いいえ
②	・新型コロナウイルスの感染が確認された人の濃厚接触者で、現在、健康観察中ですか。	はい・いいえ

たいちょう

③	・発熱 ^{はつねつ} はありますか（37.5℃以上）	はい・いいえ
④	・息苦 ^{いきくる} しさ、または胸 ^{むね} の痛 ^{いた} みがありますか	はい・いいえ
⑤	・味 ^{あじ} やにおいを感じ ^{かん} にくい状 ^{じょう} 態 ^{たい} ですか	はい・いいえ
⑥	・咳 ^{せき} やたん、のど ^{のど} の痛 ^{いた} みがありますか	はい・いいえ
⑦	・全身 ^{ぜんしん} 倦 ^{けん} 怠 ^{たい} 感 ^{かん} （全身 ^{ぜんしん} がだるいなど）がありますか	はい・いいえ
⑧	・嘔 ^{おう} 吐 ^と や吐 ^は き気 ^け がありますか	はい・いいえ
⑨	・下痢 ^{げり} が続 ^{つづ} いていますか	はい・いいえ
⑩	・体 ^{からだ} にぶつぶつ（発疹 ^{はっしん} ）が出ていますか	はい・いいえ
⑪	・目 ^め が赤 ^{あか} く、目 ^め やにが多 ^{おほ} くないですか？	はい・いいえ
⑫	・現在 ^{げんざい} 、医療 ^{いりよう} 機 ^き 関 ^{かん} に通 ^{つう} 院 ^{いん} していますか（症 ^{しやう} 状 ^{じやう} ：	）はい・いいえ
⑬	・現在 ^{げんざい} 、服 ^{ふく} 薬 ^{やく} をしていますか？	はい・いいえ
⑭	・その他 ^{ほか} 気 ^き になる症 ^{しやう} 状 ^{じやう} がありますか（症 ^{しやう} 状 ^{じやう} ：	）はい・いいえ

はいりょ ひつよう

⑮	・避難所で、介助や介護が必要ですか ※「はい」の場合、必要な介助や介護の内容を記入してください。	はい・いいえ
		はい・いいえ
⑯	・呼吸器疾患、高血圧、糖尿病などの基礎疾患がありますか ※「はい」の場合、基礎疾患の内容を記入してください。	はい・いいえ
		はい・いいえ
⑰	・乳幼児と一緒にですか。または妊娠中ですか	はい・いいえ

(以下は、^い ^か ^う ^け ^つ ^け ^た ^ん ^と ^う ^し ^ゃ ^き ^に ^ゆ ^う
受付けたんとうしゃが記入します)

体温	℃	受付者	
避難スペース・区画			

避難スペースと区画の振分け判断表

- 1 「健康チェックカード（受付用）」に記入してもらい、検温して体温を記入する。
- 2 発熱・体調不良者には、再検温・問診する。
- 3 避難者の状態に応じて、避難スペース・区画を決定し、記入する。

（１）新型コロナウイルス感染症のチェック欄に「はい」がある場合は、白井運動公園に案内する。

滞在スペース		状態	目安となる基準
避難所 （白井運動公園） 新型コロナウイルス対策用	感染者	自宅療養中、入院・入所待機中の感染者	①に「はい」を○した人
	濃厚接触者	健康観察中の濃厚接触者	②に「はい」を○した人

（２）体調又は配慮が必要のチェック欄に「はい」がある場合は、状況に応じたスペースに案内する。

滞在スペース		状態	目安となる基準
集合スペース	避難者スペース	健康に問題のない人	「はい」に○が入らなかった人
	要配慮者スペース	要配慮者のうち、集合スペースでの避難に差し支えのない人	⑮⑯に「はい」を○した人 ※本人の申し出も参考に判断
専用スペース	体調不良者スペース	発熱・咳等の症状がある人	③～⑪に「はい」を○した人、 発熱がある人
	福祉避難室 （要支援者用）	要配慮者のうち、集合スペースでの避難が困難で、特に支援が必要な人	⑮⑯に「はい」を○した人、 及びその家族 ※本人の申し出も参考に判断
	福祉避難室 （妊産婦用）	乳幼児と一緒に避難した人、 妊娠中の人	⑰「乳幼児・妊産婦」に「はい」 を○した人のうち、希望する人

ひなんしゃ けんこう にちじょうよう
避難者健康チェックシート（日常用）

しめい 氏名（ふりがな）	ねんれい 年齢

ひなんじょ めい
(避難所名：)

たいおんそくてい 体温測定		／ (月)	／ (火)	／ (水)	／ (木)	／ (金)	／ (土)	／ (日)	
		あさ 朝	あさ 朝	あさ 朝	あさ 朝	あさ 朝	あさ 朝	あさ 朝	あさ 朝
		ひる 昼	ひる 昼	ひる 昼	ひる 昼	ひる 昼	ひる 昼	ひる 昼	ひる 昼
		よる 夜	よる 夜	よる 夜	よる 夜	よる 夜	よる 夜	よる 夜	よる 夜
いさぐる 息苦しさ	★ひとつでも該当すれば「はい」に○ ・息が荒くなった（呼吸数が多かった） ・急に息苦しくなった ・少し動くと息が上がる ・胸の痛みがある ・横になれない、座らないと息ができない ・肩で息をしたり、ゼーゼーする	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	
あじ におい・味	においや味を感じない	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	
せき・たん	せきやたんがひどい	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	
だるさ	全身のだるさがある	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	
はけ 吐き気	吐き気がある	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	
げり 下痢	下痢がある	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	
ほか その他	その他の症状がある ・食欲がない ・鼻水・鼻づまり・のどの痛み ・頭痛・関節痛 や 筋肉痛 ・一日中 気分がすぐれない ・からだにぶつぶつ（発疹）が出ている ・目が赤く、目やにが多い など	はい・いいえ (症状)	はい・いいえ (症状)	はい・いいえ (症状)	はい・いいえ (症状)	はい・いいえ (症状)	はい・いいえ (症状)	はい・いいえ (症状)	
チェック欄									

新型コロナウイルス

感染症対策

へのご協力をお願いします！

ほかの人にうつさないために

- ・隣の人とは、2メートル以上離れて過ごしましょう
- ・常にマスクを着用しましょう
- ・ドアノブ等の共有部分に触れた後は、手洗い、消毒を徹底しましょう
- ・毎日、体温・体調チェックをしましょう
 - 朝、昼、夕3回実施
 - 発熱や体調が良くないときは、衛生班へ報告してください
- ・居住スペース以外で食事をとらないようにしましょう

避難所運営上の協力のお願い

- ・定期的に換気しましょう
 - 30分に1回以上、数分間、窓を全開
- ・ドアノブ等の共有部分の消毒、トイレの清掃は毎日、こまめに実施しましょう
 - 共有部分は、家庭用塩素系漂白剤で拭いた後に水拭き
- ・物品や食事の提供時は、手渡しを避けましょう
- ・ごみは各家族で、ごみ袋の口を縛って捨てましょう



感染症対策 へのご協力をお願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

①手洗い

正しい手の洗い方

手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのぼすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗いします。



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

②咳エチケット

3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まるところでやろう



何もせずに咳やくしゃみをする

咳やくしゃみを手でおさえる



マスクを着用する（口・鼻を覆う）

ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う

袖で口・鼻を覆う

正しいマスクの着用



① 鼻と口の両方を確実に覆う



② ゴムひもを耳にかける



③ 隙間がないよう鼻まで覆う

首相官邸
Prime Minister's Office of Japan

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

厚労省

検索



新型コロナウイルス対策 身のまわりを清潔にしましょう。

石けんやハンドソープを使った
丁寧な手洗いを行ってください。

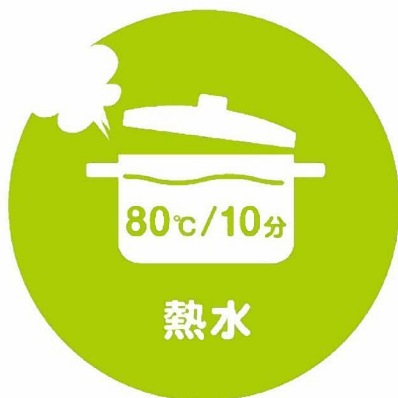


手洗いを丁寧に行うことで、
十分にウイルスを除去できます。
さらにアルコール消毒液を
使用する必要はありません。

手洗い		残存ウイルス
手洗いなし		約 100 万個
石けんや ハンドソープで 10 秒もみ洗い後 流水で 15 秒すすぐ	1 回	約 0.01% (数百個)
	2 回 繰り返す	約 0.0001% (数個)

(森功次他：感染症学雑誌、80:496-500,2006 から作成)

食器・手すり・ドアノブなど身近な物の消毒には、アルコールよりも、
熱水や塩素系漂白剤、及び一部の洗剤が有効です。



食器や箸などは、80℃の熱水に
10分間さらすと消毒ができます。
火傷に注意してください。



濃度 0.05% に薄めた上で、
拭くと消毒ができます。
ハイター、ブリーチなど。
裏面に作り方を表示しています。

※目や肌への影響があり、
取り扱いには十分注意が必要です。
※必ず製品の注意事項をご確認ください。
※金属は腐食することがあります。



有効な界面活性剤が含まれる
「家庭用洗剤」を使って
消毒ができます。
NITE ウェブサイトで
製品リストを公開しています。

[NITE 洗剤リスト](#) [検索](#)

[こちらをクリック](#)



「住宅・家具用洗剤」が手元にない場合には？

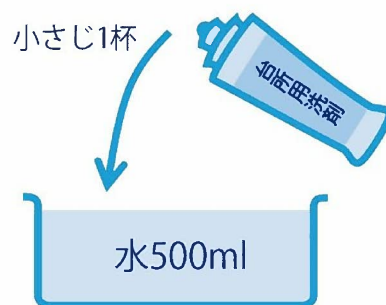
台所用洗剤を使って 代用することもできます。

「住宅・家具用洗剤」を使用する場合は、製品に記載された使用方法どおりに使用してください。

(1) 洗剤うすめ液を作る。

たらいや洗面器などに500mlの水をはり、台所用洗剤*を小さじ1杯（5g）入れて軽く混ぜ合わせる。

（*食器洗い機用洗剤ではなく、スポンジなどにつけて使う洗剤です。有効な界面活性剤が使われているかも確認しましょう。）



(2) 対象の表面を拭き取る。

キッチンペーパーや布などに、(1)で作った溶液をしみこませて、液が垂れないように絞る。汚れやウイルスを広げないように、一方向にしっかり拭き取るようにする。

(3) 水拭きする。

洗剤で拭いてから5分程度たったら、キッチンペーパーや布などで水拭きして洗剤を拭き取る。特に、プラスチック部分は放置すると傷むことがあるので必ず水拭きする。



(4) 乾拭きする。

最後にキッチンペーパーなどで乾拭きする。

台所用洗剤で代用する場合は…

安全上の注意

- 手指・皮膚には使用しないでください。
- スプレーボトルでの噴霧は行わないでください。

効果的に使うためのポイント

- 作り置きした液は効果がなくなるので、洗剤うすめ液は、その都度使い切りましょう。
- 台所用洗剤でプラスチック部分（電話、キーボード、マウス、TVリモコン、便座とフタ、照明のスイッチ、時計など）を拭いた場合、そのまま放置すると傷むことがあります。必ず、すぐに水拭きしましょう。
- 塗装面（家具、ラッカー塗装部分、自動車の塗装面など）や、水がしみこむ場所や材質（布製カーテン、木、壁など）には使わないでください（シミになるおそれがあります）。

0.05%以上の次亜塩素酸ナトリウム液の作り方



【使用時の注意】

- ・換気をしてください。
- ・家事用手袋を着用してください。
- ・他の薬品と混ぜないでください。
- ・商品パッケージやHPの説明をご確認ください。

500mlの洗ったペットボトルを使って

● 濃度12%の

次亜塩素酸ナトリウム液を薄める場合

ペットボトルキャップ $1/2$ 杯 + 水 500ml
の 次亜塩素酸ナトリウム液

● 濃度5%～6%の

次亜塩素酸ナトリウム液を薄める場合

ペットボトルキャップ 1 杯 + 水 500ml
の 次亜塩素酸ナトリウム液

※ ペットボトルキャップ1杯は、約5mlです。

※ トイレの清掃などは、濃度2倍（0.1%）の次亜塩素酸ナトリウム液で行ってください。

トイレをきれいに使っていただき、ありがとうございます!

みんなのトイレ みんなできれいに 気持ちよく

トイレ前には、速乾性アルコール手指消毒薬を設置して、手指衛生を行いましょう。

用意する物 使い捨て手袋・ゴム手袋、マスク、ほうき、ちりとり、バケツ、トイレタワシ、消毒薬(ハイターなど)、トイレ掃除シート・新聞紙や布等、ゴミ袋

清掃手順

- 1 マスクと使い捨て手袋(ゴム手袋※¹)を着用する
- 2 トイレのドアを開け、風通しを良くする
- 3 ほうきで床をはく
- 4 汚物の入ったゴミ袋を交換する
- 5 バケツの水で消毒薬(ハイター等)を希釈する。[ハイターの場合はバケツの水1杯(約5ℓ)にキャップ4杯位(約20cc)]
- 6 ドアノブ、手すり、水洗レバー、タンク、フタ、便座、便器の外側、タイル(床)等の順で、消毒薬を薄めた布等をひたし、しっかりしぼってからふく※²
- 7 複数のトイレの掃除を行う際は、各々の環境を清掃してから、便器の清掃をまとめて行う。
- 8 便器の内側は、消毒薬※³(トイレハイター、ドメスト、サンポールなど原液)をかけ、2～3分後にこすらずに水で流す(汚れには、トイレタワシ等を用いる)
- 9 手袋をはずし、なくなっているトイレットペーパーを補充する
- 10 清掃が終わったら、手洗い※⁴をする



※¹ 消毒薬の原液やタワシ・ブラシなどを用いる際には、厚手のゴム手袋が望ましい。
※² 清掃時に使う布や紙は、便器と、その他の清潔部位は分けて使うこと。

※³ 塩素系消毒薬(トイレハイター、ドメスト)、塩酸系消毒薬(サンポール)などがある。
※⁴ 水道が復旧していない場合には、速乾性アルコール消毒薬を用いる。

消毒薬を使う際の注意

- 1 有毒ガスが発生するため、酸と塩素系は決して混ぜて使用しないこと。
- 2 消毒薬を希釈するペットボトルは専用と明記し、誤って飲むことがないように注意する。

宮城県、石巻赤十字病院、東北大学大学院医学系研究科 感染制御・検査診断学分野、臨床微生物解析治療学、
感染症診療地域連携講座、東北感染制御ネットワーク

新型コロナウイルスなどの感染症対策としてのご家庭でのマスク等の捨て方

新型コロナウイルスなどの感染症に感染した方やその疑いのある方などがご家庭にいらっしゃる場合、鼻水等が付着したマスクやティッシュ等のごみを捨てる際は、以下の『ごみの捨て方』に沿って、
「ごみに直接触れない」「ごみ袋はしっかりしばって封をする」そして
「ごみを捨てた後は手を洗う」ことを心がけましょう。

ごみの捨て方

①ごみ箱にごみ袋をかぶせます。いっぱいになる前に早めに②のとおりごみ袋をしばって封をしましょう。

②マスク等のごみに直接触れることがないようにしっかりとしばります。

③ごみを捨てた後は石鹸を使って、流水で手をよく洗いましょう。



※万一、ごみが袋の外に触れた場合は、二重にごみ袋に入れてください。

- 『ごみの捨て方』に沿っていただくことにより、ご家族だけでなく、皆様が出したごみを扱う市町村の職員や廃棄物処理業者の方にとっても、新型コロナウイルスやインフルエンザウイルスなどの感染症対策として有効です。
- ごみを捨てる際は自治体のルールに従うとともに、ポイ捨ては絶対にやめましょう。使用済みのマスク等のごみを捨てる際にも、『ごみの捨て方』を参考に、「ごみに直接触れない」「ごみ袋はしっかりしばって封をする」そして「ごみを捨てた後は手を洗う」ことに注意しましょう。



環境省公式HP



「新型コロナウイルス感染対策を」

みんなで進めましょう！



白井市役所 総務部 危機管理課

【住所】〒270-1492 千葉県白井市復 1123 番地

【電話】047-492-1111(代) 【FAX】047-491-3554

【メールアドレス】kikikanri@city.shiroi.chiba.jp