

신종 코로나바이러스감염증 예방주의 안내

■신종 코로나바이러스감염증이란?

작년 12월 중국 후베이성에서 발생 한 신종 코로나바이러스 (COVID-19)에 의해 전염되는 급성 호흡기 감염병입니다. 발열, 호흡기 증상(기침, 호흡곤란) 또는 폐렴 등이 나타나며 접촉과 비말에 의해 감염됩니다.

- 기침, 발열 등의 증상이 있는 경우는 사전에 지역 보건소에 연락해 주세요. (37.5℃~, 4days~)
 - 보건소의 지시에 따라 마스크를 착용하고 진료를 받으세요.
- ※미야자키시 보건소(귀국자, 접촉자 상담 센터) 0985-29-5286 (접수시간 평일 08:30~17:15)
상기 이외(토,일,휴일)에는 0985-44-2603에서 상담 접수를 받습니다.

■개인 위생을 철저히 지켜주세요.

예방수칙

- 외출하고 돌아왔을 때 비누로 꼼꼼하게 손씻기!
- 알콜로 손바닥, 손톱 밑을 소독한다.
- 사람이 많은 곳은 되도록 가지 않는다.
- 실내의 습도를 적절하게 유지하고 환기를 자주 한다.
- 규칙적인 생활과 충분한 휴식을 취한다.
- 균형 잡힌 식사와 수분을 자주 섭취한다.

「기침 에티켓」으로 감염 확대 방지

- 기침, 재채기 증상이 있을 때는 꼭 마스크를 한다.
- 기침, 재채기를 할 때는 입과 코를 티슈 등으로 막는다.



신종 코로나바이러스감염증에 관한 다언어 정보 제공 (쉬운 일본어, 영어)

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



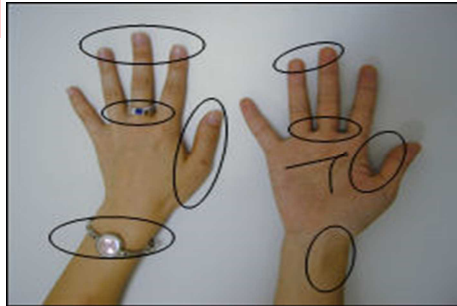
올바른 손씻기

비누거품을 다음과 같은 순서로 깨끗이 !

손 씻기 전 준비

- ◆ 손톱은 짧게 깎았나요?
- ◆ 시계나 반지를 뺐나요?

Check !



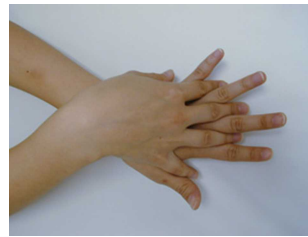
더러움이 남기 쉬운 곳

- ◆ 손끝
- ◆ 손가락 사이
- ◆ 엄지손가락 근처
- ◆ 손목
- ◆ 손바닥 주름

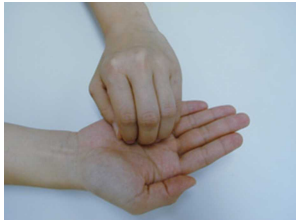
(1) 거품을 내서 손바닥과 손바닥을 마주 대고 문질러 줍니다.



(2) 손바닥과 손등을 마주 대고 문질러 줍니다.



(3) 손끝과 손톱 사이를 꼼꼼하게 문질러 줍니다.



(4) 손가락 사이를 씻습니다.



(5) 엄지손가락을 다른 편 손바닥으로 돌려주면서 문질러 줍니다.



(6) 손목도 잊지 말고 씻습니다.



비누거품을 헹궈내고 깨끗한 수건으로 닦아줍니다.