

もしもあなたの家族が 新型コロナウイルス感染症に感染したら ～日ごろからの備え～

新型コロナウイルス感染症は誰もがかかる可能性があります。

新型コロナウイルス感染症に感染した場合、入院または宿泊療養施設での療養になりますが、介護や育児等の理由により自宅療養となる場合もあります。また家族は濃厚接触者として、2週間程度の健康観察期間を自宅で過ごす必要があります。こうした事態に備えて、日ごろから、1週間程度の家庭での食料品等の備蓄があれば安心です。(できれば2週間分！)

家庭での長期待機のための備蓄する例

●食料(長期保存できるもの)の例

- お米
- すぐに食べられる缶詰やレトルト食品
(ツナ缶, 焼鳥缶, フルーツ缶, おかゆ等)
- 乾麺, カップ麺, シリアル
- 缶詰のジュース(野菜・果物ジュース)
- お菓子(チョコレート, ゼリー, クラッカー等)
- 海苔等の乾物・漬物
- 経口補水液・スポーツドリンク
粉末タイプのスポーツ飲料
- 水(ペットボトル等)

↑自然災害時の備えになります。

※1日に必要な水分量(体重1kgあたり)

大人:50ml/kg/日

夫婦2人暮らしの場合、2Lペットボトル約18本分の水が必要になります。(大人2.5L/日×2人×7日分=35L)

※1 民間の配食サービス等について、事前に登録しておくとう便利です。利用の際は、配送者と直接触れないよう受取方法やキャッシュレス決済などの支払い方法の配慮をお願いします。

※2 日常生活で、「一定量を保ちながら、使ったら買い足す」を繰り返す「ローリングストック」で、いざというときも、日常生活に近い食生活を送る方法もあります。

●医療品, 健康用品等の例

- ハンドソープ
- アルコール消毒液(70～95%推奨)
- 消毒セット
(次亜塩素酸ナトリウム水溶液(塩素系漂白剤), ペーパータオル, ビニール手袋, ビニール袋)
- 持病の薬
- 解熱剤
- 体温計
- マスク
- アイス枕, 冷却シート
- ティッシュ, トイレトペーパー,
使い捨ておむつ



すべての人が住み慣れた地域で安心して生活するために、地域包括ケアを推進しているところですが、新型コロナウイルス感染症の療養を含めた地域の生活支援は今後の課題です。

新型コロナ感染症に関するお問い合わせ先

広島県西部保健所広島支所(保健課) TEL:082-513-5521

地域包括ケアに関するお問い合わせ先

安芸高田市健康長寿課(0826-47-1281)
府中町高齢介護課(082-286-3256)
海田町長寿保健課(082-823-9609)
熊野町高齢者支援課(082-820-5605)
坂町保険健康課(082-820-1504)
安芸太田町保健福祉課(0826-25-0250)
北広島町保健課(050-5812-1853)

安芸高田市地域包括支援センター(0826-47-1132)
府中町地域包括支援センター(082-285-7290)
海田町地域包括支援センター(082-821-3210)
熊野町地域包括支援センター(082-820-5615)
坂町地域包括支援センター(082-885-3701)
安芸太田町地域包括支援センター(0826-22-2031)
北広島町地域包括支援センター(050-5812-1853)

症状はないが、PCR検査を受けたい方について

広島県内の感染状況をいち早く察知するために対象者を全県民とするモニタリング事業を実施しています。

◆最新の情報については県ホームページでご確認ください

(<https://www.pref.hiroshima.lg.jp/soshiki/269/hiroshimapcrcenter.html>)



対象者：県内全域（23市町）の住民またはお勤めの方

検査会場：①観音マリーナ駐車場（ドライブスルー）、②旧本通り交番跡地、③中央新天地集会所、
④賀茂環境センター、⑤旧福山港フェリーターミナル駐車場、⑥みよしまちづくりセンター駐車場

検査内容：唾液を使った検査で、所要時間10～15分程度です。（個人差があります）

検査料：無料



〈受検方法について〉

完全予約制となっているので、事前に電話で予約してください。

・予約受付時間：10時00分～15時00分

・電話番号（全検査場共通）：**050-1741-6373**（代表番号）

発熱等の症状がある方について

まずは /
**かかりつけ医等に
電話相談**
相談先の医療機関で診断・検査
できない場合は、他院を紹介

相談先に迷ったら /
受診・相談センター
積極ガードダイヤルに相談
082-513-2567

1000超の施設（全市町）
で検査を受けられる！

診療・検査医療機関
※医師会の協力による

唾液で検査

◎PCR検査料は無料です。 ◎初診料等として別途2,000円程度がかかります。

24時間対応

過度に受診を控えることは、健康上のリスクを高めてしまう可能性があります。

健康に不安があるときは、医療機関を受診しましょう。

◆ご家族に新型コロナウイルス感染が疑われる場合にご家庭で注意いただきたいポイント

<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000601721.pdf> 厚生労働省HP



日ごろからの感染予防について



- まめに手洗い・手指消毒
- こまめに換気
- 「3密」の回避（密集，密接，密閉）
- 毎朝の体温測定，健康チェック
- 咳エチケットの徹底



災害の備えについて

感染予防と同じく、日ごろから災害の備えをしておくことも大切です。

身のまわりの災害リスクを調べ、洪水・土砂災害等の自然災害時の避難先について考えてみてください。

◆ハザードマップポータルサイト～身のまわりの災害リスクを調べる
（住所を入力すると災害の危険度がわかります）

<https://disaportal.gsi.go.jp> 国土交通省HP



※保健所は患者及び家族の個人情報について、災害時の対応が必要な時には、同意を得て市町に情報提供することがあります。