



アストモスガス から版



2020年 4月号

4月

卯月（うづき）

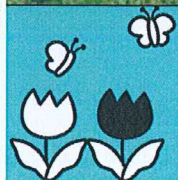


岩手山



岩手山(いわてさん)は日本の東北地方、奥羽山脈北部にあり二つの外輪山からなる標高2,038mの成層火山。岩手県の最高峰であり、県のシンボルの一つとされている。日本百名山に選定されている。

「ふるさとの山に向ひて 言ふことなし ふるさとの山はありがたきかな」
この山麓に育った石川啄木の作である。



・編集・アストモスリテイリング株式会社
東北カンパニー / 岩手支店



新型コロナウイルスに関する Q&A(一般の方向け)

厚生労働省ホームより

- Q1 「コロナウイルス」とはどのようなウイルスですか？
- A これまでに、人に感染する「コロナウイルス」は、7種類見つかっており、その中の一つが、昨年12月以降に問題となっている、いわゆる「新型コロナウイルス（SARS-CoV2）」です。このうち、4種類のウイルスは、一般の風邪の原因の10～15%（流行期は35%）を占め、多くは軽症です。残りの2種類のウイルスは、2002年に発生した「重症急性呼吸器症候群（SARS）」や2012年以降発生している「中東呼吸器症候群（MERS）」です。コロナウイルスはあらゆる動物に感染しますが、種類の違う他の動物に感染することは稀です。また、アルコール消毒（70%）などで感染力を失うことが知られています。
- Q2 新型コロナウイルス感染症にはどのように感染しますか？
- A 現時点では、飛沫感染（ひまつかんせん）と接触感染の2つが考えられます。
 - （1）飛沫感染 感染者の飛沫（くしゃみ、咳、つば など）と一緒にウイルスが放出され、他者がそのウイルスを口や鼻から吸い込んで感染します。
※感染を注意すべき場面：屋内などで、お互いの距離が十分に確保できない状況で一定時間を過ごすとき
 - （2）接触感染 感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、自らの手で周りの物に触れると感染者のウイルスが付きます。未感染者がその部分に接触すると感染者のウイルスが未感染者の手に着し、感染者に直接触れなくても感染します。
※感染場所の例：電車やバスのつり革、ドアノブ、エスカレーターの手すり、スイッチなど
- Q5 空気感染は起きているのでしょうか？
- A 国内の感染状況を見ても、空気感染は起きていないと考えられるものの、閉鎖空間において近距離で多くの人と会話する等の一定の環境下であれば、咳やくしゃみ等がなくても感染を拡大させるリスクがあります。

新型コロナウイルス感染症の予防法

- Q13 感染を予防するために注意することはありますか。心配な場合には、どのように対応すればよいですか？

- A まずは、一般的な感染症対策や健康管理を心がけてください。具体的には、石けんによる手洗いや手指消毒用アルコールによる消毒などを行い、できる限り混雑した場所を避けてください。また、十分な睡眠をとっていただくことも重要です。

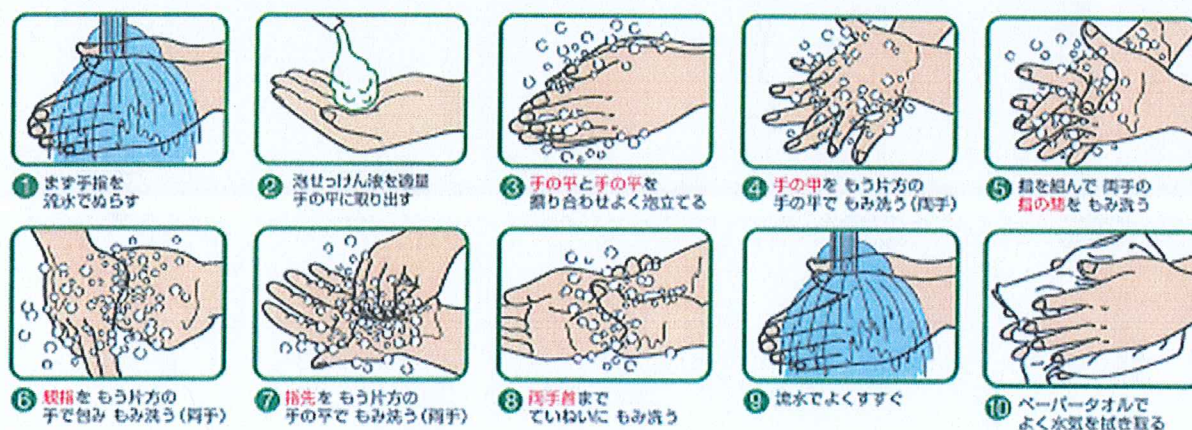
また、人込みの多い場所は避けてください。屋内でお互いの距離が十分に確保できない状況で一定時間を過ごすときはご注意ください。**手指消毒手順（アルコール消毒液）**

SARAYA



手洗い手順（泡石けん液）

SARAYA



うがいのしかた

手順1

口の中を
クチュクチュ

口に水を含み、そのまま口の中で強めに「クチュクチュ」として、はき出します。



手順2

「ガラガラ」を
15秒

口に水を含み、上を向いて15秒くらい、なるべく、のどの奥まで水が入るように「ガラガラ」として、はき出します。



手順3

くり返し
「ガラガラ」

もう一度口に水を含み、上を向いて「ガラガラ」をくり返します。



正しいマスクの装着方法

新型インフルエンザ発生時のマスク使用の注意

- 日常生活では不織布製マスクを推奨
- 鼻と口を確実に覆う
- 表面は触らない
- 外した後は手洗いを
- 原則使い捨て

捨てるときは……

- 表面には触らずひもだけを持って処理する
- ビニール袋に入れて口を閉じる
- もしくはふたのついたゴミ箱へ
- 捨てた後は手洗いを



(厚生労働省資料をもとに作製)

症状がある場合の相談や新型コロナウイルス感染症に対する医療について

- Q28 熱や咳があります。どうしたらよいのでしょうか？
- A 発熱などのかぜ症状がある場合は、仕事や学校を休んでいただき、外出やイベントなどへの参加は控えてください。休んでいただくことはご本人のためにもなりますし、感染拡大の防止にもつながる大切な行動です。そのためには、企業、社会全体における理解が必要です。厚生労働省と関係省庁は、従業員の方々が休みやすい環境整備が大切と考え、労使団体や企業にその整備にご協力いただくようお願いしています。

発熱などのかぜ症状について、現時点では新型コロナウイルス感染症以外の病気による場合が圧倒的に多い状況です。風邪やインフルエンザ等の心配があるときには、これまでと同様に、かかりつけ医等にご相談ください。

新型コロナウイルスへの感染のご心配に限っては、最寄りの保健所などに設置される「帰国者・接触者相談センター」にお問い合わせください。帰国者・接触者相談センターページ

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

- 特に、先日「相談・受診の目安」として公表しました以下の条件に当てはまる方は、同センターにご相談ください。
 - ・ 風邪の症状や37.5度以上の発熱が4日以上続く場合（解熱剤を飲み続けなければならないときを含みます）
 - ・ 強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある場合 高齢者をはじめ、基礎疾患（糖尿病、心不全、呼吸器疾患（慢性閉塞性肺疾患など））がある方や透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤などを用いている方
 - ・ 風邪の症状や37.5度以上の発熱が2日程度続く場合・強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある場合

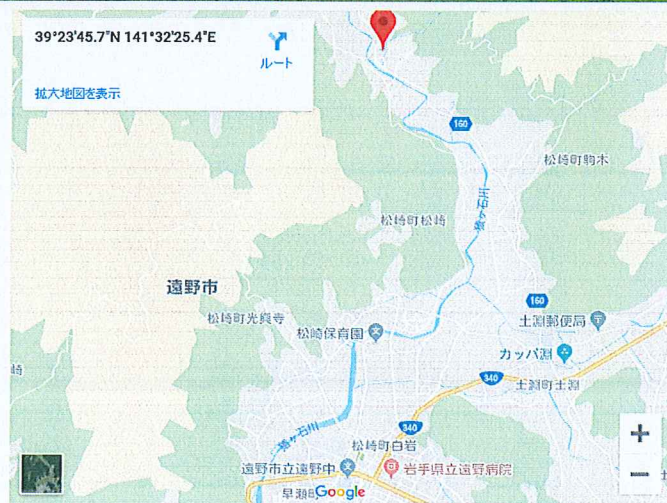
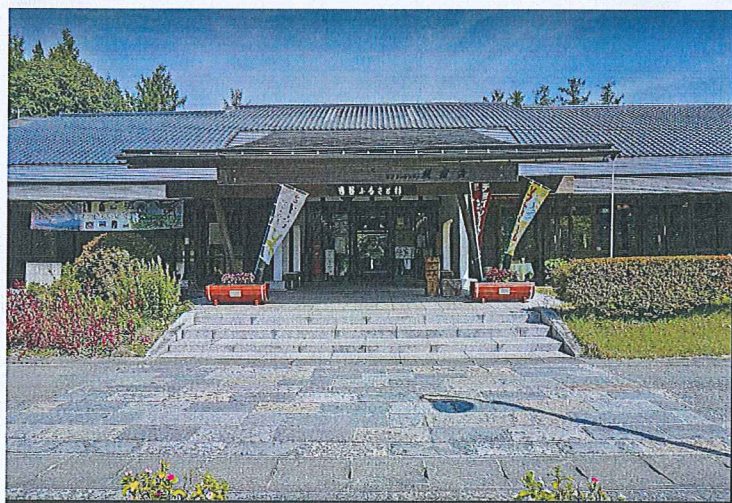
岩手のトピックス

GWを岩手でのんびり

遠野ふるさと村

茅葺屋根の曲り家でゆったり過ごす古き良き田舎の一日

遠野市内外にある南部曲り家6棟を移築復元し、明治初期から大正末期の農村風景を再現した施設。草木染めや陶芸などもできる(要予約)。曲り家の中には地元のおじいさん、おばあさんが、遠野の文化や昔話を守り伝える“まぶりっと”として常駐しており、来場者に昔の生活などを話してくれる。



定休日

なし

営業時間

3～10月 9:00～17:00 11～2月 9:00～16:00

入村料

一般 540円 小・中・高校生 320円

〒028-0661 岩手県遠野市附馬牛町上附馬牛5-89-1

