

## 自宅療養中の家族内感染の予防方法について

◎風邪のような症状があり、自宅療養する方（以下、療養者）は**できる限り家族との接触を避け、療養する部屋も分けてください。**

◎看病が必要な場合は、看病する人を限定してください（1人が望ましい）。ただし、**高齢者、基礎疾患を有する方、または妊娠中の女性には看病させないこと。**

◎療養者と家族は**タオルを共有せず**、別のものを使ってください。

◎療養者の**入浴は最後**にしてください。

◎療養者が**部屋から出るときは、マスクを付け、部屋を出る直前にアルコール手指消毒**をしてください。

◎療養者が触った箇所（ドアノブや手すりなど）は**アルコールを浸したペーパーで拭き取り消毒**し、拭き取ったペーパーは再利用せず、すぐにゴミ箱に捨ててください。

◎定期的に**部屋の窓を開けて換気**をしてください。  
（目安：1～2時間に一度、5～10分間程度）

◎療養者が使った衣類やシーツを洗濯する際は、**手袋とマスクをつけて洗濯物を扱い、洗濯後には十分に乾燥**させてください。

◎療養者が出す**ゴミは、ビニール袋等に入れ、しっかりと口を縛って密閉**してから部屋の外に出すようにしてください。ゴミを扱った直後は、しっかりと手洗いしてください。