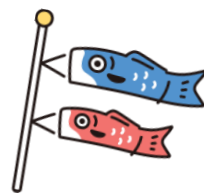


2023年5月の重点目標 身近な感染症対策について



新型コロナウイルスの感染症法上の位置づけが今年5月に「5類」に変更されます。基本的な感染症対策は習慣になっている方が多いとは思いますがこの機会に今一度見直してみましょう。

新型コロナウイルス感染症対策

これまで屋外では原則不要、屋内では原則着用としていましたが
令和5年3月13日から
マスク着用は個人の判断が基本となります

ただし、以下のような場合には注意しましょう

周囲の方に、感染を広げないために
マスクを着用しましょう

受診時や医療機関・高齢者施設などを訪問する時
通勤ラッシュ時など混雑した電車・バスに乗車する時

ご自身を感染から守るために
マスク着用が効果的です

高齢者
慢性肝臓病がんに心血管疾患 など
妊婦
重症化リスクの高い方が感染拡大時に混雑した場所に行く時

本人の意思に反してマスクの着用を強いることがないよう、個人の主体的な判断が尊重されるよう、ご配慮をお願いします

※事業者の判断でマスク着用を求められる場合や従業員がマスクを着用している場合があります

厚生労働省
新型コロナウイルス感染症対策本部
作成 令和5年2月10日

感染症対策について厚生労働省のHPにリーフレットが掲載されておりましたのでご紹介いたします。

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
② 咳エチケット 3つの咳エチケット
正しいマスクの着用

首相官邸
厚生労働省

出典：R5.2.10 厚生労働省「新型コロナウイルス感染症について～マスク着用について」
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html
(最終アクセス日R5.4.19)

出典：厚生労働省「国民の皆さまへ（新型コロナウイルス感染症）～新型コロナウイルス感染症の予防」
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_00094.html (最終アクセス日R5.4.19)

5月17日は高血圧の日



毎年5月17日は「高血圧の日」です。日本高血圧学会と日本高血圧協会が制定しました。高血圧（140/90 mmHg以上）は、脳卒中や心臓病など生命に関わる病気を引き起こす最も主要な原因となっています。

対策としては生活習慣の見直し【減塩】・【禁煙】等です。ラーメンのスープは残す、一日のたばこの本数を1本減らすなどできることから少しずつ始めてみませんか？



出典：日本高血圧学会「高血圧の日について」https://www.jpnsh.jp/general_0517.html
「生活習慣について」https://www.jpnsh.jp/general_life.html (最終アクセス日R5.4.19)

