STOP! 感染拡大

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感染が国内で確認されてから、1年近く経過しました。改めてこの感染症に関する正しい知識や対応方法を知ることで、感染拡大を防止しましょう。

問合せ　健康課（保健センター内）㊥624～626

知っておきたい新型コロナウイルス感染症のこと

Q どのように感染するのですか。

A 一般的に飛沫感染、接触感染で感染します。《飛沫感染》感染者の咳やくしゃみ、会話などで飛び散ったウイルスを鼻や口から吸い込む。《接触感染》感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、その手で周りの物に触れ、ほかの人がそれを触り、その手で口や鼻を触る。

●ウイルスが付着しやすい場所：ドアノブ、電源スイッチ、エスカレーターの手すり、タッチパネル、つり革など、大勢が触るところ

Q 重症化しやすいのはどんな人ですか。

A 高齢者と基礎疾患（慢性閉塞性肺疾患（COPD）、慢性腎臓病、糖尿病、高血圧、心血管疾患、肥満）のある方です。また、妊婦や喫煙歴のある方なども、注意が必要とされています。

Q 飲酒を伴う会食で、感染リスクを下げながら会食を楽しむには？

A 飲酒をするのであれば、①少人数・短時間で、②なるべく普段一緒にいる人と、③深酒・はしご酒などは控え、適度な酒量で。また、箸やコップは使い回さない、席の配置は斜め向かいにする、会話する時はなるべくマスクを着用する、体調が悪い人は参加しない、などにも配慮しましょう。

▲感染予防策のピクトグラム

Q 他の人に感染させる可能性がある期間は。

A 発症の2日前から発症後7～10日間程度とされています※。このため、新型コロナウイルス感染症と診断された人は、症状がなくても不要・不急の外出を控えるなど感染防止に努める必要があります。発症の直前・直後には特にウイルス排出量が高くなると考えられています。

※新型コロナウイルス感染症（COVID-19）診療の手引き・第3版より

Q 他の人にどのくらい感染させますか。

A 診断された人の2割以下の人が、ほかの人に感染させていると考えられています。このため、マスク着用やこまめな消毒、3密（密閉・密集・密接）を防ぐことで、流行を抑えることができます。万が一感染していた場合に、多くの人に感染させないように行動しておくことが大切です。

～もっと知りたい！遊牧と草原の国～

キルギスフェスティバル in はむら

▲民族舞踊ダンサー

▲コムズ奏者

遊牧民の移動式住居「ユルタ」や民族衣装などの展示のほか、キルギスの伝統的な楽器「コムズ」の演奏、民族舞踊の紹介など、羽村市がホストタウンになっているキルギス共和国の伝統や文化を体感することができます。目をつぶればキルギスにいるかのよう！遊牧と草原の国キルギス共和国へ思いをはせましょう。

日　時　1月16日㈯　午前10時～午後4時
会　場　ゆとろぎ展示室
問合せ　東京オリンピック・パラリンピック準備室㊥344

■フェスティバルの内容

午前10時	展示・映像紹介開始
午前11時～正午	ミニイベント① ・キルギス紹介 ・コムズ演奏・民族舞踊 ・民族舞踊ミニレッスン
午後2時～2時30分	◆セレモニー （在日キルギス共和国特命全権大使あいさつ（予定）、キルギス国歌斉唱など）
午後2時30分～3時30分	◆ミニイベント② ※①と同内容
午後4時	展示・映像紹介終了

※来場の際は、マスクを着用してください。
※咳や発熱などの症状がある場合は、来場をご遠慮ください。
※状況によっては事業を変更または中止する場合があります。

人との間隔はできるだけ2メートル空けましょう。「密閉」「密集」「密接」を避け、こまめに手洗いを。外出時には、症状がなくてもマスクを着用しましょう。

オリ・パラ通信　47

2020はむらサポーター

今回は、羽村市独自ボランティア「2020はむらサポーター」について紹介します。

2020はむらサポーター

羽村市では、市主催の東京2020大会関連イベントに参加・協力して、活動する中で感じたことや楽しかったことを広め、気運を盛り上げるボランティア「2020はむらサポーター」を昨年度から募集しています。

昨年度の活動

・「羽村市・キルギス共和国友好親善コンサート」「関連展示」の案内や説明、チラシ配布など
・「東京2020大会を応援しよう！1年前イベントin羽村」受付けや案内など
・「ボッチャはむら大会」受付けや案内など。選手として大会にも参加

サポーターの声

・ボランティアで参加したのは初めてで不安でしたが、皆さんと笑顔で話ができ、充実した体験になりました。（10歳代・女性）
・はじめは緊張したけれど、メンバーみんなで楽しく活動できた。少しでも役に立てたかなと思うと嬉しかった。またやりたいです。（10歳代・女性）
・最初はキルギス共和国がどこにあるかも知らず、うまく説明できるか不安でしたが、勉強させていただきました。サポーターとして得た知識を今後に生かしたい。（70歳代・男性）

東京2020大会のレガシーとして

イベントに参加したり支える立場になったりして気づいたことや感動が、ボランティア活動を通して強く心に残ることで、パラスポーツの普及、ボランティアマインドの醸成、多文化共生への理解促進などのきっかけとなることを目指しています。

問合せ　東京オリンピック・パラリンピック準備室㊥345

▲はむらサポーターの活動の様子