

うべコロナニュース

Ube Coronavirus News

発行年月日：令和2年11月25日 発行：宇部市

第22号

発熱などの症状がある方の医療機関への相談・受診

インフルエンザ流行期においては、新型コロナウイルス感染症との判別が難しい、発熱等の症状を訴える方が大幅に増えることが予想されますので、次の点に気をつけて相談・受診を行きましょう。

相談・受診の前に心がけていただきたいこと

- 発熱等の風邪症状等が見られるときは、学校や会社を休み外出を控えましょう。
- 発熱等の風邪症状等が見られたら、毎日、体温を測って記録しましょう。
- 基礎疾患（持病）をお持ちの方で症状に変化がある方、新型コロナウイルス感染症以外の病気が心配な方は、まず、かかりつけ医等に電話で相談しましょう。



相談・受診について

- かかりつけ医がある方は、まずはかかりつけ医にご相談ください。
- かかりつけ医がない等、相談する医療機関に迷う場合や夜間・休日に急に発熱した場合は、受診・相談センター、または宇部市保健センターにご相談ください。



受診・相談センター（山口県） TEL.083-902-2510（専用ダイヤル・24時間対応）
宇部市保健センター TEL.0836-31-1777（平日8時30分～17時15分）

冬場の換気と湿度管理をバランスよく調整しましょう

寒さが厳しい時期は、暖かい空気が逃げないように、換気をしなくなることも予想されますが、寒くてもしっかり換気をしましょう。



2段階方式の換気

教室や部屋などを換気する際に、まずは廊下や使っていない隣部屋に外の空気を取り入れ、建物全体の温度で外気を暖め、部屋の窓や扉を開けて空気を入れ替えましょう。

窓を少し開け常時換気

真冬の寒い時期に窓を全開し換気すると急激に冷えるため、暖房をつけながら、窓を少し開けて常時換気し、室温を保ちながら換気しましょう。

湿度の管理

ウイルスは湿度が低いほど活発になるため、加湿器を使うなどして、湿度を40%以上に維持しましょう。

問い合わせ：宇部市広報広聴課 TEL 34-8123 FAX 22-6063

withコロナは心のバリアフリーから！

新型コロナウイルスの感染拡大により、視覚や聴覚に障害のある人が暮らしにくくなっています。例えば、視覚障害のある人の場合、買い物をしてレジで精算するとき、ソーシャルディスタンスを取るための床の目印がわからないため、適切な距離をあけられない・・・聴覚障害のある人の場合、相手の口の動きを読み取って会話をしていたが、マスクで見えないため、何を言っているのかわからない・・・こんな時は、「こちらに並ぶようですよ」と声をかけ誘導したり、筆談やジェスチャーなどでコミュニケーションをとるようにしましょう。障害のある人に限らず、困っている人がいたら「どうされましたか、何かお手伝いしましょうか」と声をかけ、思いやりのある対応をお願いします。



コロナに関する被害にあっていませんか？

SNSをはじめとするインターネット上では、現在もコロナに関するさまざまなデマが流れており、不当な差別や偏見から多くの人権侵害が問題になっています。また、感染症対策による外出自粛などが行われる中、生活不安やストレスにより、DVや児童虐待などの増加や深刻化も懸念されています。トラブルの内容に応じた専用の相談窓口がありますので、少しでも「辛い」と感じたら、どうか一人で悩まず、まずは相談してみてください。



人権侵害に関すること	▼みんなの人権110番(全国共通人権相談ダイヤル) [電話] 0570-003-110 [受付] 平日 8時30分～17時15分
	▼子どもの人権110番 [電話] 0120-007-110 [受付] 平日 8時30分～17時15分
DV等に関すること	▼DV相談+(プラス) [電話] 0120-279-889 (つなぐはやく) ※SNSやメールによる相談にも対応しています。
	▼宇部市DV(配偶者暴力)相談支援センター [電話] 33-4649 (さあさあ、よろしく) [受付] 月～土曜日 9時～16時
児童虐待に関すること	▼児童相談所全国共通ダイヤル [電話] 189 (いちはやく)
	▼山口県宇部児童相談所 [電話] 39-7514