

庄東報 広

新型コロナウイルス
感染症特別版 第2号
令和2年4月10日発行

町民の皆さまへ

国の緊急事態宣言を受けての町長からのメッセージ

国は、新型コロナウイルス特措法に基づく緊急事態宣言を発令しました。千葉県も対象地域に含まれています。

東庄町では、町内での障害者福祉施設における新型コロナウイルスの集団感染に伴い、その関係者の感染も確認されております。感染防止のためには、「うつらない・うつさない」行動が大切です。

町民の皆さま方には、これ以上の感染拡大を防ぐために緊急事態宣言へのご協力を心からお願いいたします。

東庄町長 岩田 利雄

町内の感染者数

北総育成園				北総育成園以外	計
入所者	通所者	職員	家族		
51	1	8	9	1	70

※4月9日正午現在（県発表）

町内の感染者数

◆町内の状況

北総育成園と町内で感染が確認された方は、入所者51人、入所者以外19人の70人となっています。

感染が確認された方は病院へ入院となりますが、入院先での調整等で、自宅で療養している場合もあります。自宅で家族と生活している場合は、家族に感染が広がらないよう、保健所から細やかな指導がされています。また保健所は家族の状態や変化を定期的に確認しています。

休校や休館等

また、同様に検査をして陰性だった方も、保健所からの指示で自宅療養をしております。

公共施設等の利用を中止します。詳しくは問い合わせ先にご確認ください。

小中学校の休校

期間 4月6日(月)～5月6日(水)

☎ 学校教育係 ☎ 8623311

こども園、保育園等休園

対象 こども園、各保育園、放課後児童クラブ、ファミ

リー・サポート・センター
期間 3月31日(火)～5月6日(水)
☎ こども園

☎ 学校教育係 ☎ 8623311

▼ 保育園、放課後児童クラブ
子育て支援係 ☎ 803300

▼ ファミサポートセンター
社会福祉協議会 ☎ 864714

施設の休館

町公民館、各スポーツ施設、

ふれあいセンター、ふれあい公園交流センター、町児童館、

青馬の里、憩いの里

☎ 公民館、スポーツ施設

生涯学習係 ☎ 861221

▼ ふれあいセンター

農政係 ☎ 866076

▼ ふれあい公園

建設係 ☎ 866074

▼ 児童館、青馬・憩いの里

福祉係 ☎ 790910

おでかけ号等の運休

◆おでかけ号

期間 4月2日(木)～5月6日(水)

☎ 福祉係 ☎ 790910

◆東庄病院送迎バス

期間 4月1日(水)～5月6日(水)

☎ 東庄病院 ☎ 861177

防災ラジオ販売中です

価格 1台2千円

☎ 庶務係 ☎ 866082

行事等の中止・延期

◆中止

☎ 人権行政合同相談

町民係 ☎ 866070

▼ 就労相談、つつじまつり

産業振興係 ☎ 866075

▼ コジュリン朝市

農政係 ☎ 866076

▼ 障害に関する相談

福祉係 ☎ 790910

▼ がん検診、健康相談など

保健衛生係 ☎ 790911

▼ 町民ゴルフ大会

生涯学習係 ☎ 861221

▼ 心配ごと・弁護士相談、

司法書士相談等

社会福祉協議会 ☎ 864714

◆延期

☎ 公民館主催講座・教室、

キッズフェスティバル

▼ (延期の場合) ヘルスバレー

ボール大会 (FAXにて申込は受付)

生涯学習係 ☎ 861221

FAX ☎ 863454

期間等が変更になる場合もあります。町ホームページもあわせてご確認ください。



町HPのQRコード

感染の不安がある方

次の症状がある方は千葉県の電話相談窓口（コールセンター）にご相談ください。

① 風邪の症状や37度5分以上の発熱が4日以上続いている（解熱剤を飲み続けなければならぬときを含みます）

② 強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある

また、次に該当する方も、37度5分以上の発熱や倦怠感、呼吸困難が2日以上続く場合は、ご相談ください。

- ・高齢者や妊婦
- ・糖尿病や心不全、呼吸器疾患などの基礎疾患のある方
- ・免疫抑制剤や抗がん剤を使用している方

電話相談窓口（コールセンター）

☎ 0570-200-613（毎日24時間対応）

一般的な相談のほか、感染が疑われる場合は専門外来へつなぐ帰国者・接触者相談センターを案内するなど、新型コロナウイルス感染症に関する相談に一元的に対応する窓口です。

適度な運動でリフレッシュ

心と体の健康を保ちましょう



座り片足上げ

30秒×2回（左右）

- ① イスに浅く腰かけます
 - ② 片方の足は床につけたまま、もう片方は足首を直角に曲げ、膝をまっすぐに伸ばします
 - ③ 伸ばした足のかかとを床から約10cm離し、30秒保持します
- * 股関節痛、人工股関節の方は行わないようにしましょう



スクワット

1分：10回

- ① 肩幅より少し広めに足を広げて立ちます
 - ② つま先は左右に30度くらいずつ開きます
 - ③ 膝がつま先より前に出ないように、また膝が足の人差し指の方向に向くように注意して、お尻を後ろに引くようにゆっくりと体を沈めます
 - ④ ゆっくりと元に戻します
- * 膝に負担がかからないよう、膝は90度以上曲げないようにします

腰ストレッチ



30秒

- ① 膝を伸ばしたまま、両手を地面に向かって伸ばしていきます
- ② ふともも裏のつっぱりがなくなるように膝を軽く曲げます
- ③ このとき背中から腰にかけて伸びているところで30秒保持します

室内で過ごすことが多くなり、動かない状態が続くことにより、身体機能の低下が心配されます。近所での散歩やジョギングなど3つの密を避けた手軽にできる運動を取り入れ、体を動かしてリフレッシュしましょう。

※千葉県健康福祉部健康づくり支援課 WORK+10 参照

身のまわりを清潔にしましょう

石けんやハンドソープを使った
ていねいな手洗いを行ってください



手洗いを丁寧に行うことで、十分にウイルスを除去できます。さらにアルコール消毒液を使用する必要はありません。

食器・手すり・ドアノブなど身近な物の消毒には、
アルコールよりも熱水や塩素系漂白剤が有効です



・家事用手袋を使用
・金属は腐食する恐れ有
・他薬品は腐食する恐れ有
・要換気
と混ぜない



・やけどに注意

濃度0.05%に薄めた上で拭くと消毒できます

食器や箸などは80°Cの熱水に10分間さらすと消毒できます

0.05%以上の次亜塩素酸ナトリウム液の作り方



以下は、次亜塩素酸ナトリウムを主成分とする製品の例です。商品によって濃度が異なりますので、参考に薄めてください。

メーカー（50音順）	商品名	作り方 水1Lに対して	商品付属の キャップ だと
花王	ハイター	25ml	1杯
	キッチンハイター	25ml	1杯
カネヨ石鹸	カネヨブリーチ	10ml	1/2杯
	カネヨキッチンブリーチ	10ml	1/2杯
ミツエイ	ブリーチ	10ml	1/2杯
	キッチンブリーチ	10ml	1/2杯
プライベートブランド			
イオン	キッチン用漂白剤	10ml	1/2杯
西友/サニー/リヴィン	台所用漂白剤	10ml	1/2杯
セブン&アイ	キッチンブリーチ	10ml	1/2杯

※厚生労働省 HP 参照