

家庭日常予防

- ① 避免去疾病正在流行的地区。
- ② 减少到人员密集的公共场所活动，尤其是空气流动性差的地方，例如公共浴池、温泉、影院、网吧、KTV、商场、车站、机场、码头、展览馆等。
- ③ 不要接触、购买和食用野生动物(即野味)，避免前往售卖活体动物(禽类、海产品、野生动物等)的市场，禽肉蛋要充分煮熟后食用。
- ④ 居室保持清洁，勤开窗，经常通风。
- ⑤ 随时保持手卫生。减少接触公共场所的公共物品和部位；从公共场所返回、咳嗽用手捂之后、饭前便后，用洗手液或香皂流水洗手，或者使用含酒精成分的免洗洗手液；不确定手是否清洁时，避免用手接触口鼻眼；打喷嚏或咳嗽时用手肘衣服遮住口鼻。
- ⑥ 外出佩戴口罩。外出前往公共场所、就医和乘坐公共交通工具时，应佩戴医用外科口罩或 N95 口罩。
- ⑦ 保持良好卫生和健康习惯。家庭成员不共用毛巾，保持家居、餐具清洁，勤晒衣被。不随地吐痰，口鼻分泌物用纸巾包好，弃置于有盖垃圾箱内。注意营养，勤运动。
- ⑧ 主动做好个人及家庭成员的健康监测。自觉发热时要主动测量体温。家中有小孩的，要早晚摸小孩的额头，如有发热要为其测量体温。
- ⑨ 准备常用物资。家庭备置体温计、一次性口罩、家庭用的消毒用品等物资。

家庭日常予防

- ① ウィルス感染リスクが高い地域へ行くのをやめる。
- ② 人が集まる公共施設、特に空気の換気が悪い場所（風呂、温泉、シアター、ネットカフェ、カラオケ、スーパーなど）へ行くのを避ける。
- ③ 野生動物との接触、販売、食用を避ける、生きている動物を販売するスーパーは行かない、肉をきちんと加熱してから食べる。
- ④ 部屋の清潔を保つ、窓を開けて換気するのを忘れず。
- ⑤ 手の衛生が重要。公共施設へ行く、公共部品を触る、手でくしゃみ後、食事の前後に、ハンドソープ、アルコール入消毒剤。手の衛生状態がわからない時、口鼻目をさわらな。
- ⑥ 外出中マスクを着用すること、人が多い公共施設、病院へ行く際医療マスクや N95 を着用すること。
- ⑦ 良い衛生と健康の習慣を保つ、家庭でもタオルなどを共有しない、家具、食器をちゃんと洗う、布団と服装を良く洗濯する。地面に喀痰をしない、ティッシュで蓋のあるゴミ箱に捨てる。栄養と運動管理。
- ⑧ 個人と家庭の健康診断をする、体温を測って熱があるかを確認する、子供がいる家庭は毎日3回以上おでこを触る、熱が感じたら測る。
- ⑨ 基本の予防用品を準備する、体温計、マスク、消毒用品など。

幼儿园（或学校）防控指南

1. 返校前有过疫情高发地区（如武汉等地区）居住史或旅行史的学生，建议居家观察 14 天期满再返校。
2. 学生返校后应每日监测体温和健康状况，尽量减少不必要外出，避免接触其他人员。
3. 学生与其他师生发生近距离接触的环境中，要正确佩戴医用外科口罩或 N95 口罩，尽量缩小活动范围。
4. 学校密切监测学生的健康状况，每日两次测量体温，做好缺勤、早退、请假记录，如发现学生中出现可疑症状，应立刻向疫情管理人员报告，配合医疗卫生机构做好密切接触者管理和消毒等工作。
5. 学校应尽量避免组织大型集体活动。教室、宿舍、图书馆、活动中心、食堂、礼堂、教师办公室、洗手间等活动区域，建议加强通风清洁，配备洗手液、手消毒剂等。
6. 校方对因病误课的学生开展网络教学、补课，对于因病耽误考试者，应安排补考，不应记入档案。

幼稚園（あるいは学校）予防マニュアル

- ①学校から帰る前に武漢などの感染リスクの高い地域へ行った学生は家に 14 日の観察してから学校へ行く。
- ②毎日の放課後、体温と健康状況を確認する、いらない外出を避けて、外部の人の接触を避ける。
- ③近距離での接触環境（教室など）には、医療マスクと N95 マスクを着用するのは基本、活動範囲を減少する。
- ④学校は毎日二回学生たちの体温を測る、外出などの際确实記録する。怪しい状態の学生が出たら、速やかに管理人へ報告し、医療機関と連携して接触管理と消毒作業をする。
- ⑤大人数のイベントをできるだけ避ける。教室、寮、図書館などの地域の換気、消毒を毎日し、ハンドソープを準備する。
- ⑥病気で学校に行かない学生に、ネット放送で授業をし、テストへ行かない学生には、追試を用意する。

办公场所防控指南

1. 工作人员要自行健康监测，若出现新型冠状病毒感染的可疑症状（包括发热、咳嗽、咽痛、胸闷、呼吸困难、乏力、恶心呕吐、腹泻、结膜炎、肌肉酸痛等），不要带病上班。
2. 若发现新型冠状病毒感染的可疑症状者，工作人员应要求其离开。
3. 公用物品及公共接触物品或部位要定期清洗和消毒。
4. 保持办公场所内空气流通。保证空调系统或排气扇运转正常，定期清洗空调滤网，加强开窗通风换气。
5. 洗手间要配备足够的洗手液，保证水龙头等供水设施正常工作。
6. 保持环境卫生清洁，及时清理垃圾。

企業オフィス予防マニュアル

- ①全員の毎日健康状態を確認（発熱、咳、のどの痛み、胸の圧迫感、呼吸困難、疲労感、吐き気と嘔吐、下痢、結膜炎、筋肉痛がある場合）、病気の確認を最優先。
- ②ウィルス感染のある怪しい感染者を発見した場合、速やかに隔離させる。
- ③公共施設、部品を定期で洗濯、消毒する。
- ④施設の換気を忘れず、エアコンなどの排気システム状態を確認、定期的に洗う。
- ⑤トイレに十分なハンドソープを用意し、蛇口の状態をチェック。
- ⑥衛生的なオフィス状態を保ち、ゴミを速やかに処分する。

出典:

<http://news.cri.cn/20200127/a83ac98b-8272-77a0-dc00-bece1f3292cc.html>

<http://www.china-embassy.or.jp/chn/zt/2015boaoa/t1739354.htm>