

健康百科

新型コロナウイルスについて、いろいろなことが分かってきました。今回は、この感染症から自分自身や家族などを守るために気を付けなければいけないことについて考えていきましょう。

飛沫を防ぐ工夫を

感染予防に最も重要なのは、不特定の人たちが集まる時に密閉、密集、密接の3密を避けることとマスクの着用です。マスクは、感染しているかもしれない自分の飛沫を周囲にまき散らさないようにする際に有効です。最も飛沫を通すとされるガーゼマスクでも7割は減らせるようです。

一方、ウイルスを吸い込んでしまうことについて、マスクではあまり効果が見込めません。そのため、マスクを全ての人が着用することで、ウイルスを「まき散らさない」「吸い込まない」の両方を防ぐことができます。

新型コロナウイルスの感染を防ぐために

手洗いや消毒を心掛ける

次に有効なのは手洗いです。ウイルスが付いた手で口や鼻、目を触ると感染してしまいます。人は自分の手で顔をよく触るため、しっかり手洗いをして、ウイルスを洗い流すことが重要です。エレベーターの手すりや電車のつり革など、多くの人が触るものに触れた場合は、必ず手洗いやアルコール消毒をしましょう。

また、うがいでも新型コロナウイルスを排除するためには、そのタイミングが重要です。手洗いと同じで、ウイルスが喉に付いた可能性のあるときに、すぐうがいすることで効果が見込めます。時間が経ってしまうと、うがいでは排除できなくなる可能性が高くなるので気を付けましょう。

古河福祉の森診療所 赤荻榮一

古河大使の仁志敏久さんが横浜DeNAベイスターズファーム監督に就任

Message

この度、横浜DeNAベイスターズのファーム監督を務めさせていただくことになりました。ぜひ、ベイスターズの若い力に注目してください。



古河大使である仁志敏久さんが、横浜DeNAベイスターズのファーム監督に就任することが決まりました。これからもみんなで応援しましょう！

【問】 ☎シティプロモーション課Tel.92-3111

～ PROFILE ～

1971年10月4日生まれ(49歳)
古河第三小学校→古河第三中学校→常総学院高等学校→早稲田大学卒業。日本生命を経て1995年ドラフト2位で読売ジャイアンツに入団。2007年横浜ベイスターズに移籍。新人王や4年連続ゴールデングラブ賞を受賞したほか、2016年アジア選手権大会で侍ジャパンU-12代表を優勝に導くなどの成績を残す。

こがキラPhotoクラブ

私のオススメ!!

市内在住の武藤夕佳さんが作っている「ムトゥだるま」。旅先の仙台市で眉毛の生えた豪華な松川だるまに衝撃を受け、作り始めて10年を超えたそうです。一つ一つ絵付けをしているので、だるまさんの表情や柄が微妙に違って面白いですよ。千支だるまも作っているの、新年に、ご縁があればどこかで出会えるかもしれませんね。

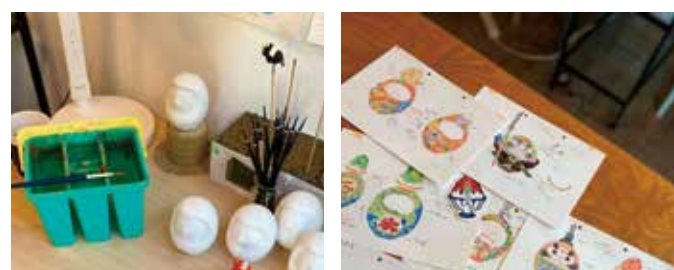


購入方法やだるま市の情報はこちらから



こがキラメンバー はるちゃんmama

毎年1月にはひとりだるま市を開催 ムトゥだるま



人権啓発絵手紙の入選作品が決定しました

市では、市民一人一人が人権について正しく理解し、人権尊重の意識を高めることを目的として「なかよし古河市」人権啓発絵手紙を募集したところ、625点の作品の応募がありました。

入選した6点の作品は、4月に配布予定の市民人権啓発資料に掲載します。

【問】 ☎生涯学習課Tel.22-5111

<応募作品の一部>



高橋愛菜さん



松尾美央さん



前田結莉香さん