

## 組合員のみなさまへ 新型コロナウイルスの感染拡大に関して

4月12日までの組合員活動を中止します

新型コロナウイルス関連のニュースが続き、不安な日々を送られていることとお察しいたします。首都圏で感染が拡大している状況の中で、埼玉県は3月26日、新型コロナウイルス対策本部会議を開き、感染拡大防止策として県民に不要不急の外出自粛を要請することを確認しました。

医療生協さいたまとしては、上記のような状況や「厚生労働省、国立感染症研究所等の発表」内容に基づき、対応します。組合員のみなさまにおかれても、引き続き、ご理解ご協力をお願いします。

### 1. 組合員が参加する企画・会議について

・組合員が参加する企画・会議（健康ひろば・安心ルーム、運営委員会）などは、**4月12日まで中止にします。**

・機関紙の仕分けおよび配布については状況に応じて、各事業所管理部と相談してすすめてください。

### 2. 生活や活動での感染予防対策について

・自分でできる「石けんでの手洗い・消毒」「咳エチケット」の実施してください。

・「3つの密」を避けましょう。

「①喚起の悪い密閉空間」「②多くの人が密集する場所」「③近距離（互いに手を伸ばしたら届く距離）での接触・会話」の3つが重なる場を避け適切な対応を取りましょう。

・十分な睡眠とバランスの良い食事を心がけ、免疫力を高めておきましょう。

・ご自身と家族も含め、発熱、だるさに気をつけましょう。

### 3. 発熱（37.5℃度以上）または風邪症状が出た場合

新型コロナウイルス感染症が疑われる方の相談受付

埼玉県帰国者・接触者相談センター 埼玉県設置の保健所（平日 8時30分～17時15分）

<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0701/shingatacoronavirus2.html>

ご相談いただく目安

・風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続く方  
・強いだるさや息苦しさがある方  
・以下のような方は重症化しやすいため、この状態が2日程度続く場合には、ご相談ください。

高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患（COPDなど）の基礎疾患がある方や透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤などを用いている方

### 4. 気になる方への声かけについて

・みなさんの周りの独居生活の方や気になる組合員に電話をかけるなど、声かけも大切です。各支部・事業所で相談しましょう。

・体力の低下に気をつけて、自宅にいても軽い運動・ストレッチを心がけましょう。