|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 番号 | 見出し／本文 | フランス語 |
| 46 | 避難所での感染症の予防について | Prévention de la propagation des maladies infectieuses dans les centres d’évacuation |
| 避難所では、十分な食事や休養がとれず、体力が低下することがあります。また多くの人と生活するため、インフルエンザや風邪、下痢が流行する場合があります。  感染症（インフルエンザや風邪、ノロウィルス感染による下痢など）予防のために （１）トイレの後や食事の前、子どもや高齢者の排せつ介助の後に手洗いをする。 　　　※断水しているところでは、アルコールの入った消毒液を使ったり、ウェットティッシュで 　　　　手をふいたりする。 （２）マスクを着用する。 　　　※マスクが少ない場合は、発熱・せき・くしゃみ・鼻水の症状のある人にマスクをしてもらう。 　　　※マスクが手に入らない場合は、せきやくしゃみをするときにハンカチやティッシュなどで口 　　　　と鼻をおおい、まわりの人から顔をそむけて１ｍ以上離れる。使ったティッシュはそのまま 　　　　ゴミ箱にすてる。 （３）吐物や便はできるだけ手袋とマスクを着用して、処理する。 （４）１日に数回は窓を開けて、換気をする。 （５）炊き出しやおにぎりを作る場合、細菌の付着を減らすため、手袋をする。 （６）加熱が必要な食品はしっかり加熱して食べる。 | La vie dans les centres d’évacuation peut parfois être source de fatigue en raison d’un manque de repos ou de nourriture. Compte tenu du grand nombre de personnes vivant à proximité les unes des autres, la grippe, les rhumes ou la diarrhée peuvent se propager.  Pour prévenir les maladies infectieuses (comme la grippe, les rhumes, la diarrhée due à une infection par le norovirus) :  (1) Lavez-vous les mains après avoir utilisé les toilettes, avant les repas et après avoir aidé les enfants ou les personnes âgées à aller aux toilettes.  \* En cas de suspension de l’approvisionnement en eau, utilisez un désinfectant à base d’alcool ou essuyez-vous les mains à l’aide d’une lingette humide.  (2) Portez un masque.  \* En cas de pénurie de masques, les personnes présentant des symptômes comme de la fièvre, une toux, des éternuements ou de la sinusite doivent porter un masque de façon prioritaire.  \* En l’absence de masque, couvrez-vous la bouche et le nez à l’aide d’un mouchoir en tissu ou en papier et tournez-vous pour vous assurer que personne ne se trouve dans votre direction à moins d’un mètre lorsque vous toussez ou éternuez. Les mouchoirs en papier usagés doivent être immédiatement jetés à la poubelle.  (3) Les vomissures et les selles doivent être nettoyées en portant des gants et des masques dans la mesure du possible.  (4) Ouvrez les fenêtres plusieurs fois par jour, pour permettre la ventilation.  (5) Lors de la préparation de boules de riz onigiri ou de la manipulation des aliments, utilisez des gants afin de minimiser le risque de transmission de germes ou de bactéries.  (6) Les aliments transformés à faire chauffer doivent l’être correctement avant d’être consommés. |