

発熱等の風邪の症状が見られるときは

- ・発熱等の風邪の症状が見られるときは、学校や会社を休んで、外出を控えていただき、自宅で安静・療養してください。
- ・医療機関を受診しようとする場合には、必ず事前に、かかりつけ医もしくは、下記の相談ダイヤルに相談してください。
新型コロナウイルスへの感染の不安から適切な相談をせずに医療機関を受診するなど、感染しやすい環境に行くことは、かえって感染するリスクを高めます。
- ・病院を受診する際など、やむを得ず外出される場合には、マスクを着用し、公共交通機関の利用は避けていただくよう、お願いします。

※発熱等の風邪の症状が見られたら、毎日、体温を測定して記録してください。

受診・検査の流れ

発熱等の風邪の症状がある方

相談

受診

新型コロナウイルス感染症相談ダイヤル
(帰国者・接触者相談センター) ※

092-711-4126

(24時間受付)

かかりつけ医等
(事前に電話をして受診)

紹介

診断の結果

帰国者・接触者外来
(指定された医療機関)

地域外来・検査センター

診断の結果

PCR検査

※聴覚に障がいのある方をはじめ、電話でご相談が難しい方 FAX092-406-5075



○感染予防のポイント

- ・まずは手洗いが大切です。
- ・外出先からの帰宅時や調理の前後，食事前などにこまめに石けんやアルコール消毒液などで手を洗いましょう。
- ・せきなどの症状がある方は，せきやくしゃみを手で押さえると，その手で触ったものにウイルスが付着し，ドアノブなどを介して他の方に病気をうつす可能性がありますので，咳エチケットを行ってください。
- ・持病がある方，ご高齢の方，妊娠中の方は，できるだけ人混みの多い場所を避けるなど，より一層注意してください。

○手指の消毒・除菌

消毒用アルコールがない場合は，せっけんを使い，丁寧に洗い，流水でよく流します。

正しい手の洗い方

手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのぼすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗いします。



手首も忘れずに洗います。

○「密閉」「密集」「密接」しない！

- ・他の人と互いに手を伸ばして届かない十分な距離（2メートル以上）を取る。
- ・窓やドアを開け，毎時2回以上こまめに換気を行う。
- ・屋外でも密集するような運動は避けましょう。
- ・多人数での会食は避ける，席を一つ飛ばしに座るなど，飲食店でも距離を取りましょう。
- ・会話をするときには，十分な距離を保ち，マスクをつけましょう。
- ・電車やエレベータでは会話を慎みましょう。