

# 新型コロナウイルス感染症に注意しましょう!!

## 新型コロナウイルス感染症にかかったと思ったら…

- 次のような症状がある方は「**発熱・帰国者・接触者相談センター**」にご相談ください。

✓ 風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている  
(解熱剤を飲み続けなければならないときを含みます)

✓ 強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある

※ 高齢者や基礎疾患等のある方、妊婦の方は、上の状態が2日程度続く場合。

※ 味覚や嗅覚の異常がある場合、新型コロナウイルス感染症に感染している事例が数多く確認されています。気になる方もご相談ください。

- このような症状に当てはまらない場合でも、発熱や呼吸器症状があり、  
**かかりつけ医を受診される場合は、地域の医療機関を守るために、必ず、事前に電話連絡してから受診してください。**

突然、医療機関を受診され、医師や看護師、他の来院者も感染した場合、医療機関の閉鎖につながり日頃の治療が受けられなくなるおそれがあります。

### ◎相談・受診の前に心掛けていただきたいこと

- ・ 軽い風邪症状の場合には、無理をせず、なるべく自宅で安静にして療養しましょう
- ・ 発熱等の風邪症状がみられるときは、毎日、体温を測定して記録してください。

## 発熱・帰国者・接触者相談センター

県内3か所に、相談センターを設置しています。

ご心配な場合などは、最寄りの相談センターにご相談ください。

| 地区               | 電話<br>(24時間対応) | ファクシミリ<br>(平日8:30~17:15) |
|------------------|----------------|--------------------------|
| 西部地区<br>(米子保健所内) | 0859-31-0029   | 0859-34-1392             |
|                  | 0859-31-9317   |                          |

### 《対応時間》

電話：24時間対応(土日、祝日を含む)

ファクシミリ：午前8時30分から午後5時15分(土日、祝日を除く)

- ※ センターでご相談の結果、新型コロナウイルス感染の疑いのある場合には、専門の「帰国者・接触者外来」をご紹介します。  
マスクを着用し、公共交通機関の利用を避けて受診してください。



# 3つの条件がそろう場所に注意しましょう

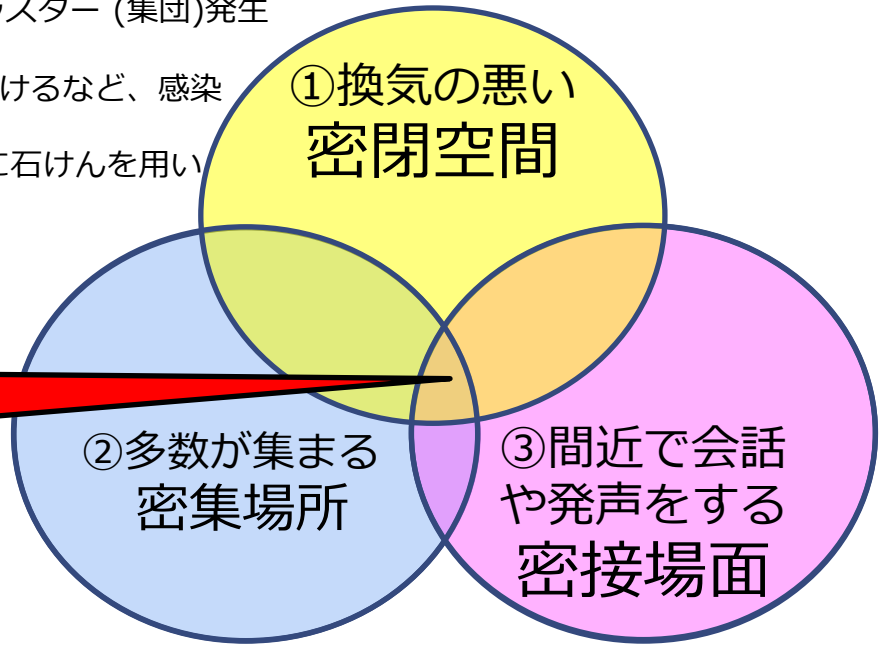
## ■ 3つの条件(密閉・密集・密接)に要注意!!

3つの条件が揃う場所でクラスター(集団)発生  
のリスクが高まります。

できるだけ、3つの条件を避けるなど、感染  
予防にこころがけましょう。

また、帰宅後などにこまめに石けんを用い  
て手洗いをしましょう。

3つの条件がそろう  
場所がクラスター  
(集団)発生  
のリスク  
が高い!



## 予防方法

### ■ 手洗い

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。

#### 正しい手の洗い方



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ます。



手首も忘れずに洗います。

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

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

(イラスト: 政府広報オンライン)

### ■ 咳エチケット

咳やくしゃみが出るときは、ハンカチなどで鼻と口を覆ったり、  
マスクを付けるなどの咳エチケットを心がけましょう。



■ 持病がある方、ご高齢の方は、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。