

# 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…

- **少なくとも以下のいずれかに該当する場合には、すぐに「発熱・帰国者・接触者相談センター」にご相談ください。**
  - ✓ 息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、高熱等の強い症状のいずれかがある場合
  - ✓ 重症化しやすい方（※）や妊婦の方で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合
  - ✓ 上記以外の方で発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続く場合  
(症状が4日以上続く場合は必ずご相談ください。症状には個人差がありますので、強い症状と思う場合にはすぐに相談してください。解熱剤などを飲み続けなければならない方も同様です。)
- ※ 高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患(COPD等)等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等を用いている方。
- 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。**
- ◎ **相談・受診の前に心がけていただきたいこと**
  - ・発熱等の風邪症状が見られるときは、学校や会社を休み外出を控える。
  - ・発熱等の風邪症状が見られたら、毎日、体温を測定して記録しておく。
  - ・基礎疾患（持病）をお持ちの方で症状に変化がある方、新型コロナウイルス感染症以外の病気が心配な方は、まずは、かかりつけ医等に電話で御相談ください。

## 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 (24時間対応)	ファクシミリ (平日8:30~17:15)
東部地区 (鳥取市保健所内)	0857-22-5625 (8:30~17:15)	0857-20-3962
	時間外0857-22-8111 (上記の時間以外)	
中部地区 (倉吉保健所内)	0858-23-3135	0858-23-4803
	0858-23-3136	
西部地区 (米子保健所内)	0859-31-0029	0859-34-1392

### 《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

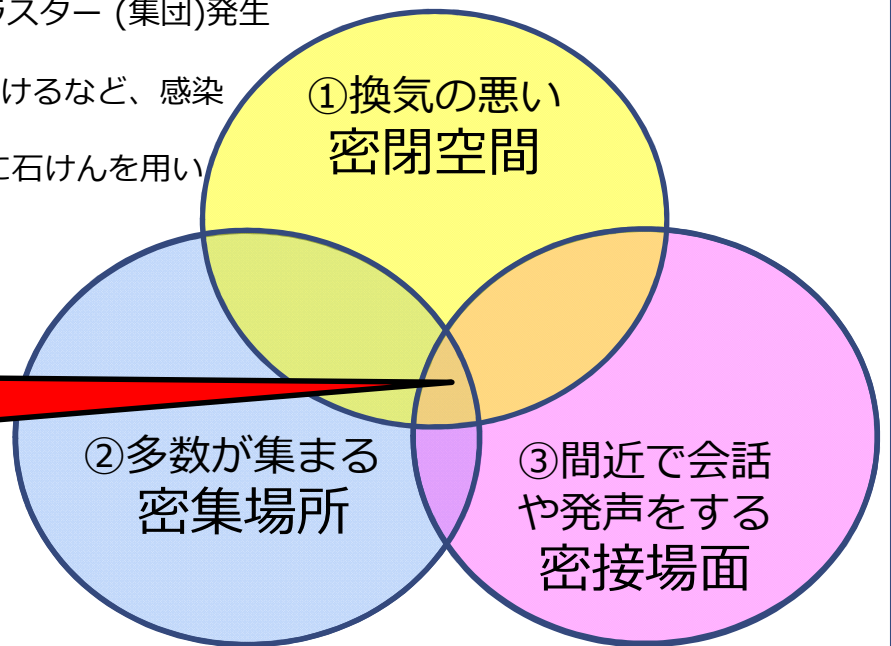
### ■ 3つの条件(密閉・密集・密接)に要注意!!

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

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



1 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。



2 手の甲をのぼすようにこすります。



3 指先・爪の間を念入りにこすります。



4 指の間を洗います。



5 親指と手のひらをねじり洗います。



6 手首も忘れずに洗います。

出展：首相官邸ホームページ

(<https://www.kantei.go.jp/jp/headline/kansensho/coronavirus.html>)

### ■ 咳エチケット

咳やくしゃみが出るときは、ハンカチや袖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。