

# 秋の旅行、遠足、観光シーズン！

## 一緒に感染予防対策も連れて行こうよ！！

### ～新型コロナウイルス感染症 感染予防対策～

皆様の日々の感染対策への取り組みに感謝いたします。新型コロナウイルス感染症対応として、個人の選択や取り組みが尊重されています。しかし、感染力は強く、その感染は全国に拡大傾向にあります。このため、日常における皆様の自主的な感染対策が引き続き重要です。感染対策を行い秋冬も健康に過ごしていただくようお願いいたします。

#### 感染症対策 5つの基本

**感染力**は今までと同様に**強いまま**です。**自らを感染症から防ぎ、身近な人を守るためにも、一人一人が基本的な対策を身につけましょう。**



①体調の不安や症状がある時は、自宅療養か医療機関を受診するようにしましょう



②その場に応じたマスクの着用や咳エチケットを心がけましょう

③3密を避け、換気をしましょう



④手洗いや手指消毒の習慣を心がけましょう

⑤適度な休息や運動と食事を心がけましょう



#### マスクの着用について

※基本的にマスクの着用は個人の判断です。

医療機関や薬局、高齢者施設に行く時などでは、**高齢の方**や**基礎疾患を有する方**、**妊娠している方**等の**重症化リスクが高い方**への感染を防ぐため、マスクを着用しましょう。

#### 注意

受診にあたっては事前に医療機関へ問い合わせしてから適切に受診しましょう



普段から常備薬をそろえ、**感染症の症状(発熱や咳、倦怠感、のどの痛み等)がある場合は、慌てず、まずはかかりつけ医に相談**しましょう。

※新型コロナウイルス感染症専用相談窓口 和歌山県コールセンター 073-441-2170(24時間対応)