

★★★新型コロナウイルス感染症予防についてのご協力のお願い★★★

Q どうやって感染するの？

現時点では、飛沫感染(くしゃみ、咳、つばなど)と、接触感染(感染者がくしゃみや咳で手を押さえたあと、その手で周りのものに触れたらウイルスがつきます。他者がそのものを触れるとウイルスが手に付着し、その手で口や鼻を触って粘膜から感染します)

Q ご相談いただく目安(基準)

発熱・せきなどの症状があり、以下のいずれかに該当している方

- ・高齢者、妊婦の方
- ・糖尿病、心不全、呼吸器疾患等の基礎疾患がある方
- ・透析を受けている方
- ・37.5度以上の熱が4日以上続く方
- ・強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある方

新型コロナウイルスの相談窓口

帯広保健所 0155-26-9084

受付時間: 平日8:45~17:30

北海道保健福祉部 地域保健課
011-204-5020

受付時間: 平日17:30~21:00
土日祝 9:00~17:00

感染を予防するために注意すべきことは？

手洗い



外出からの帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに石けんで手を洗いましょう。

日頃の健康管理

日頃から、十分な睡眠とバランスの良い食事をこころがけ、免疫力を高めましょう。



人込みを避ける

不要不急の外出を避け、人混みに近づかないようにしましょう。咳やくしゃみをしている人に接触した場合は、手洗い等を行いましょう。

咳エチケット



- ①マスクを着用しましょう。
- ②マスクがない場合ティッシュやハンカチで鼻と口を覆います。
- ③とっさの時は袖や上着の内側で覆います。

※詳細は、町ホームページをご参照ください。

本別町健康管理センター