

緊急



村民のみなさまへ

新型コロナウイルス感染症から

自分自身と周りの人を**守る**ために

宗谷管内でも若い世代（30代未満）の感染が増えています

若い人でも重症化する可能性があります！

これから連休等で人の行き来や集まりが増える時期です。

今一度、自分や周りの人を守るために
感染症対策をしっかりと行いましょう

健康管理



毎朝体温測定・健康チェックをしましょう。発熱又は風邪の症状がある場合は自宅で療養し、行事や集まりへの参加・外出は控えましょう。

手洗い・手指消毒



- 外出からの帰宅
- 咳やくしゃみ、鼻をかんだ後
- 外にあるものに触れた時
- 病人のケアをした時
- 食前、食後



食事・外食

- 持ち帰りや出前、デリバリーを活用しましょう
- 大人数での会食は避け、外食は短時間で済ませましょう
- 感染症対策がされてあるお店を選択しましょう（換気・座席間の距離がある・アクリル板が設置してある・混雑していない）
- 普段会わない人との飲食は黙食など感染症対策の徹底をしましょう



「ワクチンを接種したら100%感染しない」は間違い



ワクチンは発症予防・重症化予防の効果がありますが、100%感染を防ぐものではありません。ワクチン接種後も引き続き感染症対策を続けましょう。

新型コロナウイルス感染症の一般的な相談、症状のある方の相談窓口

新型コロナウイルス感染症 健康相談センター

TEL 0120-501-507（フリーダイヤル 24時間対応）

