

新型コロナウイルス感染症対策

～従業員のみなさまにお願いしたいこと～

感染しない・広げないためのポイント

- ・マスクの着用、手洗い・手指消毒、人との距離をあげる、こまめな換気、三密を避ける等基本的な感染防止対策を徹底しましょう。
- ・外出は必要最低限にしましょう。
- ・人混みを避け、不特定多数の人がいる場所には行かないようにしましょう。特に、**食事場面は感染リスクが高い**ため、外食の際は短時間での利用にし、食事をとるメンバーは固定しましょう。
※ 特に、大人数の飲食の際は、より一層注意しましょう。
- ・マスクを外す場面（食事など）では、会話を控えましょう。
- ・「体調チェックリスト」で体調確認を行い、体調が悪い時はすぐに受診しましょう。

（裏面もあります）



【問い合わせ】

北海道倶知安保健所健康推進課健康支援係

電話 0136-23-1957

E-mail kutchanho.kenko1@pref.hokkaido.lg.jp

北海道岩内保健所健康推進課

電話 0135-62-1537

E-mail iwanaiho.somu1@pref.hokkaido.lg.jp

(裏 面)

新型コロナウイルスに感染すると・・・

- ・感染しても、下痢・頭痛・倦怠感・筋肉痛など、風邪症状以外の症状や無症状の場合もあります。
- ・陽性者は原則入院または宿泊施設（札幌市）で、療養することになりますが、患者数が多い場合、**自宅（所在地）で療養してもらう場合があります。**
- ・体調が良くなった後も、においのしづらさや息苦しさ、体のだるさなどの後遺症が続く場合もあります。

濃厚接触者になると・・・

- ・新型コロナウイルスの検査を受けていただきます。
- ・検査の結果、陽性であれば上記のとおり療養することになります。
- ・陰性であった場合、他者との接触を避けるため、感染者との最終接触から2週間は自宅待機をお願いします。その間、体調確認をお願いしますが、体調確認方法等は、保健所からの指示に従ってください。
- ・自宅待機の間は、やむを得ない場合とし、保健所にご相談ください。



感染症対策 へのご協力をお願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

①手洗い

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



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。

手の甲をのば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します。

手首も忘れずに洗います。

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。

②咳エチケット

3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まる
ところでやろう



マスクを着用する
(口・鼻を覆う)

ティッシュ・ハンカチで
口・鼻を覆う

袖で口・鼻を覆う



何みせずに
咳やくしゃみをする

正しいマスクの着用



1 鼻と口の両方を
確実に覆う

2 ゴムひもを
耳にかける

3 隙間がないよう
鼻まで覆う



咳やくしゃみを
手でおさえる



首相官邸
Prime Minister's Office of Japan



厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

■ 詳しい情報はこちら

厚労省

検索

