



新型コロナウイルスの感染に注意 ～新しい生活様式を実践しましょう～

まめに「手洗い・手指消毒」



30秒程度かけ、水と石けんで丁寧に

外出時、屋内や会話をするときは「マスク着用」



「咳エチケット」の徹底



ティッシュなどで鼻と口を覆う。
とっさの時は袖や上着の内側で覆う。

適切な「身体的距離の確保」



人との間隔はできるだけ2m空ける

こまめに「換気」



毎日「検温・健康チェック」



発熱、風邪症状がある場合は、外出を控え自宅で療養。
誰とどこで会ったかもメモに。

「3密」の回避



換気の悪い

×密閉空間



多数が集まる

×密集場所



間近で発声する

×密接場面

新 こんな時は相談を

- 息苦しさ
 - 強いだるさ
 - 高熱
- などのいずれか



高齢者・基礎疾患などある人

軽い風邪の症状

〔上記以外の人でも
風邪の症状が続いたら…〕

群馬県受診・相談センター

☎ 0570-082-820

または かかりつけのお医者さんに電話してください

発熱等で医療機関を受診するときは

必ず、事前に医療機関に
連絡をしてから受診してください！！