



# 齐心协力减少感染的扩散

市内新冠病毒感染在加速扩散。  
在全国感染扩散的奥密克戎毒株，相比之前的病毒，可能具有很强的感染力。  
在此，再次提请每一位市民，按下列事项，谨慎行动。

## 防止家庭内的感染

- 家庭内的感染在增加。在家庭内进餐等摘下口罩时，感染危险是最高的。特别是高龄者和迎接考试的考生，请错时用餐。
- 当您或您的同居家人出现身体不适时，请与平时就诊的医生或者新冠肺炎电话中心商谈。
- 出现身体不适时，请不要去单位或者学校，请在自家待机。

## 有关前往县外感染扩大地区

- 请勿前往县外发布了紧急事态宣言以及发布了防止蔓延等重点措施的地区。

## 关于密集的场所

- 当下，请勿去卡拉OK、小剧场等人员密集的场所。
- 由于参加聚会和烧烤等，有许多人感染。
- 请不要去多人数(例如5人以上)聚集的聚会。

## 佩戴口罩

- 请不要在多人数聚集和未实施感染对策的场所，不佩戴口罩进行会话。
- 请正确佩戴口罩(推荐佩戴不织布口罩)
- 请不要露出鼻子，或将口罩和面部留有空隙。
- 与呈现阳性者不佩戴口罩交谈，或同处在狭小的空间(同居、同乘车等)，有可能会感染。

## 拥抱和接吻

- 请不要拥抱和接吻。由于拥抱和接吻已有多人感染。

## 进餐时

- 进餐时相对而坐，会容易传染。
- 共用同一个碗碟，同一双筷子，同一个勺子，同一把餐刀，同一个叉子等都容易传染。
- 从开始就每一个人分餐进食，则不容易传染。

## 洗手·漱口·换气

- 用沾染新冠病毒的手揉眼睛会感染。
- 请仔细洗手·用酒精消毒·漱口·通风换气。



◆有关新冠病毒感染的商谈·咨询

滨松市新冠病毒·电话中心 免费电话】 0120-368-567



## 滨松市保健所の提请事項

### 一旦成为呈现阳性者或者是密切接触者时

- ① 成为呈现阳性者或是密切接触者的人，一定要听从保健所の指示。
- ② 成为密切接触者时，绝对不要外出或者与他人会面。
- ③ 若赶不上约定的 PCR 检查时间时，请务必通知联络。
- ④ PCR 检查当日，不要利用公共交通工具。
- ⑤ 保健所电话来时，一定要接听。因故没有接到来电时，请务必回打电话。
- ⑥ 保健所要求提出文件手续时，一定要提交。如有不明时，进行咨询。

### 身体状况不佳时

- ① 请立即向单位（或者学校）报告。
- ② 身体状况不良时，为防止在单位（或者学校）感染扩散，请不要去单位（或者学校）。
- ③ 请不要面会朋友。
- ④ 与平时就诊的医生商谈。
- ⑤ 如无固定的就诊医生时，请与新冠病毒・电话中心商谈。

※请注意，没有加入公立医疗保险者，在医疗机关接受诊疗时，其医疗费全额由个人负担。



#### ◆咨询处

滨松市新冠病毒・电话中心【免费电话】 0120-368-567

滨松市保健所生活卫生課 TEL053-453-6118（平日 9:00~17:00）