

# 岩手県にお住いの皆さまへ

## ～家庭内でご注意いただきたいこと～

### 1 基本的な感染対策



- こまめな**手洗い・消毒**を行いましょう

洗っていない手で目や鼻、口などを触らないように気をつける。

- 定期的に**換気**を行いましょう

リビングなどの共有スペースの窓を定期的に換気するよう心掛ける。

- 咳エチケット**を行いましょう

ひじなどで口を覆い、手を使わないように気をつける。

### 2 日常生活を営む上での注意事項



- 毎朝の体温測定、健康チェック**を行いましょう

- 家庭内に、**高齢者**や**持病のある方**がいる際には、**体調管理をより厳重**に行いましょう

- 食事の際は、**大皿は避けて、料理は個々に分け**ましょう

- 買い物の際は、1人または少人数で空いた時間にしましょう

- 公共交通機関を利用する際は、混んでいる時間帯は避けましょう

### 発熱等体調の悪い場合には

24時間電話対応している帰国者・接触者相談センター又は医療機関への相談をお願いします。

- 帰国者・接触者相談センター（24時間全日（土日・祝日を含む））



019-651-3175 (FAX : 019-626-0837)