

市民の皆さまへ 新型コロナウイルス感染拡大防止に向けて

<令和2年12月 鶴岡市>

本市を含む庄内地域では、連日感染者が確認される中、家庭や職場内での感染や感染経路が不明の事例も出ております。

市民の皆さまには、下記のような感染防止対策等を改めて徹底していただきますようお願いいたします。

(1) 一人ひとりの基本的感染対策

感染防止の3つの基本：①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い
※高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にしてくださいようお願いいたします。

- 人との間隔は、**できるだけ2m（最低1m）** 空ける
- 遊びに行くなら**屋内より屋外**を選ぶ 会話をする際は、可能な限り**真正面を避ける**
- 外出時、屋内にいるときや会話をするときは、**症状がなくてもマスク**を着用
- 家に帰ったらまず**手や顔を洗う**。できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる
- 手洗いは30秒程度**かけて**水と石けんで丁寧に**洗う（手指消毒薬の使用も可）

(2) 日常生活を営む上での基本的生活様式

※毎朝、体温測定・健康チェック。発熱または風邪症状のある場合は**ムリせず**仕事や学校を休んで療養していただくようお願いいたします。

- こまめに**手洗い・手指消毒** **咳エチケット**の徹底
- こまめに**換気** **身体的距離の確保**
- 「**3密**」の回避（**密集、密接、密閉**）

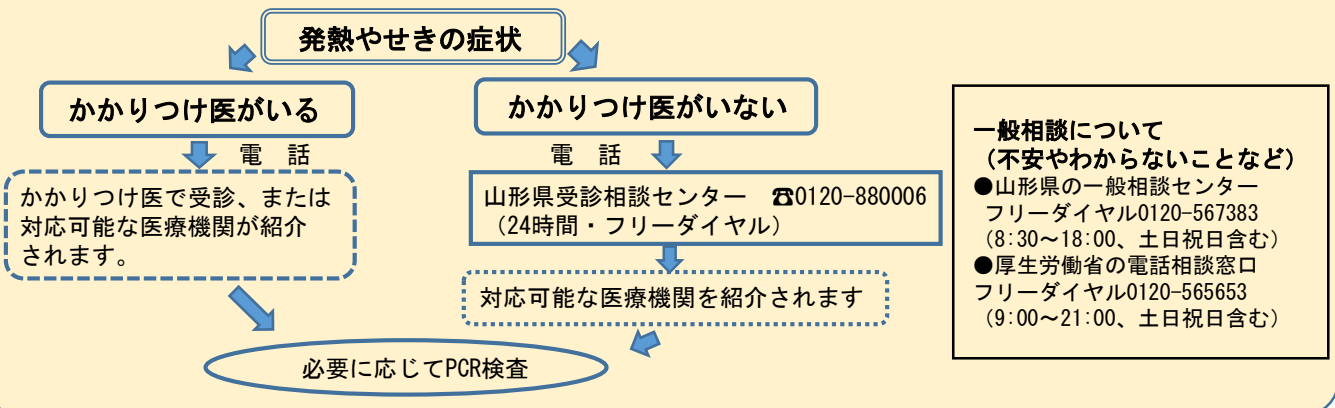


(3) 差別や偏見の防止について

※**感染された方やそのご家族、職場関係者、医療従事者などに対する**心無い言動やSNSでの書き込みなど、**差別や偏見、いじめなどは決して行わない**ようお願いいたします。

発熱などの症状がある場合に医療機関を受診する際のお願い

発熱等の症状がある時に医療機関を受診する際は、**受診する前に必ず電話で**ご相談ください。**※軽い症状であってもためらうことなく積極的に受診して**くださるようお願いいたします。



お問い合わせ先：鶴岡市 地域包括ケア推進室 TEL 0235-25-2111（内線707）