

# 新型コロナウイルス感染を予防しましょう！

1人1人が「人にうつさない」「人からうつされない」「自分が感染しているかもしれない」という意識をもって、感染予防対策を徹底しましょう。

## 基本的な感染予防対策

- こまめな手洗い・手指消毒
- 正しいマスクの着用
- 3つの「密」を避ける(密集・密接・密閉)
- 人との間隔はできるだけ2m(最低1m)
- 会話は可能な限り真正面を避ける
- 窓を開け、こまめな換気(1時間に5～10分程度)

## 寒い冬×感染防止対策

- **寒い環境でも常に換気**
  - 機械による換気(24時間換気システム等)で常時換気を
  - 機械換気がない場合は常時窓を少し開け、室温は18℃以上を目安に
  - 使用していない隣の部屋の窓を大きく開ける
- **適度な保湿(湿度40%以上)**
  - 加湿器の使用や洗濯物の室内干し
  - こまめな拭き掃除

## 感染リスクを下げながら会食を楽しむ工夫

- 座席の配置は対面ではなく、対角線で座る
- 飲酒をする際は、①少人数・短時間 ②なるべく普段一緒にいる人と ③深酒・はしご酒などはひかえ、適切な量で
- 箸やコップは使い回さず、1人ひとりで
- 会話をする時はなるべくマスク着用

## 新型コロナウイルス接触確認アプリ「COCOA」インストールのお願い

「COCOA」は新型コロナウイルス感染症の感染者と接触した可能性について、通知を受け取ることができる、スマートフォンのアプリです。

自分をまもり、大切な人をまもり、地域と社会をまもるため、ご自身のスマートフォンにアプリをインストールし、御利用いただきますようお願いいたします。

詳しくは検索 ↓

接触確認アプリ  
COCOA

予防に関する相談 別府市健康づくり推進課 0977-21-1117

受診に関する相談 かかりつけ医等 または 受診相談センター 097-506-2755

# 発熱等がある場合の医療機関への受診方法

## 相談・受診の前のお願



## 受診の流れ

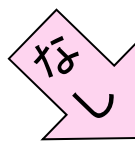


発熱等の症状がある



かかりつけ医等身近な医療機関の有無

「かかりつけ医」等あり



- ・「かかりつけ医」等がない
- ・「かかりつけ医」等の診療時間外
- ・相談先に迷う

まずは「かかりつけ医」等  
身近な医療機関へ電話で相談

対応できる

対応できない

「かかりつけ医」等から  
紹介された  
医療機関に電話で相談

【**受診相談センター**】  
に電話で相談  
**(24時間対応)**  
**097-506-2755**

センターから紹介された  
医療機関に電話で相談

医療機関の指示に従ってマスクを着用し受診しましょう