

奈良県民のみなさまへ

～新型コロナウイルス感染症を防ぐには～

感染リスクの高い「緊急事態宣言」が出された大都市[※]への往来、海外への渡航を避けてください。

※東京都、埼玉県、千葉県、神奈川県、大阪府、兵庫県、福岡県

日常生活で気を付けること

風邪や季節性インフルエンザ対策と同様に、お一人お一人の咳エチケットや手洗いなどの実施をお願いいたします。

○手洗い

・帰宅時・調理の前後・食事前など、こまめに手を洗います。



指先と手のひらのしわ



指の間



親指周り



手首

○咳エチケット

くしゃみや咳が出るときは

- ・マスクを着用します。
- ・マスクがない時は、ティッシュなどで鼻と口を覆います。
- ・とっさの時は袖や上着の内側で覆います。
- ・周囲の人からなるべく離れます。



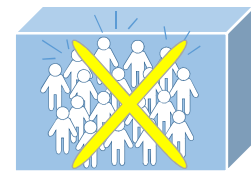
○持病がある方、ご高齢の方は、できるだけ人混みの多い場所を避けるなど、より一層注意してください。

○咳や発熱など体調がすぐれない時は、症状を悪化させないために、また、人にうつさないために、無理せず休むようにしましょう。

新型コロナウイルスの集団感染を防ぐために

○感染のリスクが高まる「密」をできる限り避けましょう。ご自身の感染リスクを下げるだけでなく、多くの人々の重症化を食い止め、命を救うことに繋がります。

- ① 換気の悪い密閉空間 ×
- ② 多数が集まる密集場所 ×
- ③ 間近で会話や発声をする密接場面 ×



○人混みや近距離での会話、特に大きな声を出すことや歌うことを避けましょう。
○「密」がより濃厚な形で重なる夜の街において、接客を伴う飲食店業、カラオケ・ライブハウスへの出入りを控えましょう。

○ジム・卓球など呼気が激しくなる室内運動の場面で集団感染が生じています。こうした場所では接触感染等のリスクも高いため、「密」の状況が一つでもある場合には、普段以上に手洗いや咳エチケットなどの感染症対策を徹底しましょう。

(新型コロナウイルス感染症対策専門家会議 提言より)

最新の情報は、奈良県ホームページでご確認下さい。

(右のQRコードよりアクセス)



新型コロナウイルス感染症に関する 県民向け電話相談窓口について



■ 帰国者・接触者相談センター(新型コロナ受診相談窓口)

次のような方は、こちらに電話相談して下さい。

- 海外渡航歴(特に流行地※)がある方
- 職場や旅行先等の状況で、新型コロナウイルス感染の不安がある方
- 風邪の症状や発熱が4日以上続いている、強いだるさや息苦しさがある方で、まだ医療機関を受診していない方 など

※1「流行地」は以下の地域です

アイスランド、アイルランド、アルバニア、アルメニア、アンドラ、イスラエル、イタリア、イラン、インドネシア、英国、エクアドル、エジプト、エストニア、オーストラリア、オーストリア、オランダ、カナダ、韓国、北マケドニア、キプロス、ギリシャ、クロアチア、コソボ、コンゴ民主共和国、コートジボワール、サンマリノ、シンガポール、スイス、スウェーデン、スペイン、スロバキア、スロベニア、セルビア、タイ、台湾、チェコ、中国(香港及びマカオを含む。)、チリ、ドイツ、ドミニカ国、トルコ、デンマーク、ニュージーランド、ノルウェー、パチカン、パナマ、ハンガリー、パーレーン、フィリピン、フィンランド、フランス、ブラジル、ブルガリア、ブルネイ、米国、ベトナム、ベルギー、ボスニア・ヘルツェゴビナ、ボリビア、ポルトガル、ポーランド、マルタ、マレーシア、モナコ、モルドバ、モロッコ、モンテネグロ、モーリシャス、ラトビア、リトアニア、リヒテンシュタイン、ルクセンブルク及びルーマニア

相談窓口	電話番号	FAX番号	対応時間
奈良県庁	0742-27-1132	0742-22-5510	平日 8:30~21:00 土・日・祝 10:00~16:00

「新型コロナウイルス感染症を疑う要件」に該当される方※2 は、夜間でも保健所での電話対応が可能です。

※2「新型コロナウイルス感染症を疑う要件」とは次のア~エのいずれかです。(現時点での定義であり、今後変更する可能性があります。)

	症状	接触歴など
ア	発熱(37.5℃以上)または呼吸器症状	発症前14日以内に新型コロナウイルス感染症患者と濃厚接触した
イ	発熱(37.5℃以上)かつ呼吸器症状(肺炎を疑わせる)	発症前14日以内に海外渡航歴(特に流行地※1)がある
ウ	発熱(37.5℃以上)かつ呼吸器症状(肺炎を疑わせる)	発症前14日以内に海外渡航歴(特に流行地※1)のあるものと濃厚接触した
エ	渡航歴に関わらず、37.5℃以上の発熱かつ原因不明の肺炎	

■ 相談窓口の電話番号(一般的な相談)

新型コロナウイルス感染症について一般的なご相談は、こちらの窓口にお電話ください。

相談窓口	電話番号	FAX番号	対応時間
奈良県庁	0742-27-8561	0742-22-5510	平日 8:30~17:15 土・日・祝 10:00~16:00
奈良市保健所 (最新の情報は奈良市ホームページでご確認下さい)	0742-95-5888	0742-34-2486	平日 8:30~17:15
	0742-95-5888	0742-34-2321	土・日・祝 10:00~16:00
奈良県郡山保健所	0743-51-0194	0743-52-6095	平日 8:30~17:15
奈良県中和保健所	0744-48-3037	0744-47-2315	平日 8:30~17:15
奈良県吉野保健所	0747-52-0551	0747-52-7259	平日 8:30~17:15
奈良県内吉野保健所	0747-22-3051	0747-25-3623	平日 8:30~17:15

最新の情報は、奈良県ホームページでご確認下さい。

(右のQRコードよりアクセス)

奈良県福祉医療部医療政策局

