

# 連休中もご協力をお願いします

4月16日、政府において、都市部からの人の移動によりクラスターが都市部以外の地域でも発生し、感染拡大の傾向が見られることを踏まえ、全都道府県が足並みを揃えて感染拡大防止の取組を行う必要があることから、本県を含む全ての都道府県について緊急事態措置を実施すべき区域とされました。

このことを踏まえ、県では以下の内容呼びかけております。

本県では、未だ感染者は発生しておりませんが、当市においても急激な感染拡大への備えと、不要不急の外出の自粛、「3つの密」を徹底的に回避する対策は欠かせません。

いつ感染が広がるか分からない状況のため、こまめな手洗いと咳エチケットによる基本的な感染予防の徹底を継続してください。

## ● 岩手県からのお願い ●

5月6日まで、大型連休期間中を含めて、不要不急の帰省や旅行など、都道府県をまたいで人が移動することは極力避けてください。

感染が疑われる症状が出た場合には、医療機関を受診する前に、まず保健所に設置している「帰国者・接触者相談センター」に事前にご連絡ください。

繁華街の接客を伴う飲食店への外出を控えるよう、強くお願いいたします。

不要不急の用務で岩手県に来県、帰県される方には、来県後2週間、平日夜間や週末の不要不急の外出自粛など、慎重な行動をお願いします。

## 感染発生を防ぐため3つの「密」を避けてください。

### ① **密** 閉空間 ⇒ **換気の励行**

窓のある環境では、可能であれば2方向の窓を同時に開け、換気を励行します。  
※どの程度の換気が十分であるかの確立した根拠は、まだ十分にありません。

### ② **密** 集場所 ⇒ **人の密度を下げる**

人が多く集まる場合には、会場の広さを確保し、お互いの距離を2メートル程度あけるなどして、人の密度を減らします。

### ③ **密** 接場面 ⇒ **近距離での会話や発声、大きい声で話す・歌うことを避ける**

周囲の人が近距離で発声するような場を避けてください。  
やむを得ず近距離での会話が必要な場合には、自分からしぶきを飛ばさないよう、マスク着用などの咳エチケットをお願いします。

## 発熱等の風邪症状が見られるときは、休養し、外出を控えてください。

※ 毎日体温を測定し、記録してください。

## 新型コロナウイルス感染症についての相談・受診の目安

○ **風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている**  
(解熱剤を飲み続けなければならないときを含む)

○ **強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある**

(注)ご高齢の方や糖尿病・心不全・呼吸器疾患(COPD 等)の基礎疾患がある方、透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方は、重症化しやすいため、上記の状態が2日以上続く場合は、ご相談ください。

(注)妊婦の方については、念のため、重症化しやすい方と同様に、早めにご相談ください

**新型コロナウイルスへの感染の心配がある方は、医療機関の受診方法について、まずは電話で「帰国者・接触者相談センター」に相談してください。**

相談の結果、新型コロナウイルス感染症の疑いがある場合には、専門の「帰国者・接触者外来」をご紹介します。

【 帰国者・接触者相談センター 】

設置先	電話	受付時間
岩手県大船渡保健所	0192-27-9922	平日 9時～17時
岩手県庁医療政策室	019-651-3175 FAX 019-626-0837	全日 24時間 (土日・祝日含)

※ 詳しい情報や最新情報は、岩手県、厚生労働省、首相官邸等のホームページをご覧ください。

※ このチラシは国や県からの情報を参考に4月18日現在で作成しています。

発行：大船渡市新型コロナウイルス感染症対策本部

(事務局：生活福祉部健康推進課・大船渡市保健介護センター内 電話 27-1581)