

新北海道スタイル



新型コロナウイルス
感染症を広げないために

1人ひとりが行うこと



手を洗おう

せっけんで30秒



咳エチケット

症状がなくてもマスク



換気をしよう

1時間ごとに

おうちでは



毎朝、体調チェック



症状がある時は、
ムリせず自宅療養



テイクアウトや
デリバリーも



オンラインを
上手に使う

買い物のときは



お買物は
オンラインで



お買物は少人数で



お買物も
ぎよりをとって

まわりの人と行うこと



いまは、
ぎよりをとって

『心』はいつもそばに



会議はオンラインで

遠くても一緒



密接をさけよう

おしゃべりは控えめに



密閉をさけよう

屋内より屋外で



密集をさけよう

広い場所で

新型コロナウイルスの
相談・受診の目安

発熱、せきなど軽い
風邪の症状がある

症状が続く場合（4日以上は必ず）

強いだるさ、息苦しさ、
高熱がある

高齢者、糖尿病や心不全、呼吸器疾患の
持病がある人、透析患者、妊婦、
抗がん剤などを使用している人

すぐに相談を！

感染の疑いがある人の相談窓口

名寄保健所 ☎01654-3-3121
道地域保健課 ☎011-204-5020

すぐに相談を！

※医療機関へ受診する際は、事前に電話連絡をしてください