

新型コロナウイルス(COVID-19)感染症

新型コロナウイルス感染症についての相談・受診の目安

1. 相談・受診の前に心がけていただきたいこと

- 発熱等の風邪症状が見られるときは、学校や会社を休み外出を控える。
- 発熱等の風邪症状が見られたら、毎日、体温を測定して記録しておく。

2. 帰国者・接触者相談センターに御相談いただく目安

- 以下のいずれかに該当する方は、帰国者・接触者相談センターに御相談ください。
 - ・ 風邪の症状や37.5度以上の発熱が4日以上続く方
(解熱剤を飲み続けなければならない方も同様です。)
 - ・ 強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある方
- なお、以下のような方は重症化しやすいため、この状態が2日程度続く場合には、帰国者・接触者相談センターに御相談ください。
 - ・ 高齢者
 - ・ 糖尿病、心不全、呼吸器疾患(COPD 等)の基礎疾患がある方や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

(妊婦の方へ)

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、早めに帰国者・接触者相談センターに御相談ください。

(お子様をお持ちの方へ)

小児については、現時点で重症化しやすいとの報告はなく、新型コロナウイルス感染症については、目安どおりの対応をお願いします。

- なお、現時点では新型コロナウイルス感染症以外の病気の方が圧倒的に多い状況であり、インフルエンザ等の心配があるときには、通常と同様に、かかりつけ医等に御相談ください。

3. 相談後、医療機関にかかる時のお願い

- 帰国者・接触者相談センターから受診を勧められた医療機関を受診してください。
複数の医療機関を受診することはお控えください。
- 医療機関を受診する際にはマスクを着用するほか、手洗いや咳エチケット(咳やくしゃみをする際に、マスクやティッシュ、ハンカチ、袖を使って、口や鼻をおさえる)の徹底をお願いします。

4. 青森県内の「帰国者・接触者相談センター」連絡先一覧

保健所名	でんわばんごう 電話番号	がいとう しちょうそんめい 該当する市町村名
ほげんしよめい 東地方保健所	017-739-5421	ひらないまち いまべつまち よもぎむら そとがはまち 平内町、今別町、蓬田村、外ヶ浜町
ひろさき ほげんじよ 弘前保健所	0172-33-8521	ひろさきし、くろいしし、ひらかわし、 にしめやむら、ふじさきまち、おおわにまち、いなかだてむら、いたやなぎまち 弘前市、黒石市、平川市、西目屋村、藤崎町、大鰐町、田舎館村、板柳町
さんのへ ちほう ほげんじよ 三戸地方保健所	0178-27-5111	さんのへまちごのへまち たっこまち なんぶちよう はしかみちよう しんごうむら おいらせちよう 三戸町、五戸町、田子町、南部町、階上町、新郷村、おいらせ町
ごしよがわら ほげんじよ 五所川原保健所	0173-34-2108	ごしよがわらし し あじがさわまち ふかうらまち つるだちよう なかどまりまち 五所川原市、つがる市、鱒ヶ沢町、深浦町、鶴田町、中泊町
かみとうさん ほげんじよ 上十三保健所	0176-23-4261	とわだし みさわし のへじまち しちのへまち ろくのへまち よこはまよう とうほくまち ろっかしむら 十和田市、三沢市、野辺地町、七戸町、六戸町、横浜町、東北町、六ヶ所村
むつ ほげんじよ むつ保健所	0175-31-1388	し おおままち ひがしどおりむら かざまうらむら さい むら むつ市、大間町、東通村、風間浦村、佐井村
あおもりし ほげんじよ 青森市保健所	017-765-5280	あおもりし 青森市
はちのへし ほげんじよ 八戸市保健所	0178-43-2291	はちのへし 八戸市

「帰国者・接触者相談センター」への相談を、お手伝いをします。

電話番号 017-718-5147 受付日時 日本語 10時～17時
その他 10時～14時

対応言語 日本語(火曜日～土曜日)・ベトナム語(火曜日)・
英語(水・土曜日)・中国語(水・金曜日)・韓国(木曜日)

問合せ先 青森県国際交流協会 青森県外国人相談窓口

手を洗いましょう。

石鹸を泡立て、以下の手順で洗きましょう。

<p>手洗い前の準備</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆爪は短く切っていますか？ ◆時計や指輪をはずしていますか？ <p>Check!</p> 		<p>汚れが残りやすいところ</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆指先 ◆指の間 ◆親指の周り ◆手首 ◆手のしわ
<p>(1) 石鹸を泡立て、手のひらをよくこする</p>	<p>(2) 手の甲をのばすようにこする</p>	
		
<p>(3) 指先・ツメの間を念入りにこする</p>	<p>(4) 指の間を洗う</p>	
		
<p>(5) 親指と手のひらをねじり洗う</p>	<p>(6) 手首も忘れずに洗う</p>	
		
<p>石鹸を洗い流し、清潔なタオルで拭き取って乾かす</p>		