

# 県民のみなさまへのお願い

発熱などの症状があるとき、具合が悪いときは【外出を控える】

- やむを得ず外出するときは【人混みを避け、マスクの着用】を

特に**高齢者**は、重症化を防ぐ観点から【ワクチン接種】をお願いします

体調不良時は、抗原検査キットを用いて感染を【自己チェック】

↳ **陽性**の場合は外出を控え、症状が軽い場合は自宅等でそのまま療養を

※ 法律に基づく外出自粛は求められませんが、**発症後5日を経過し、かつ、症状軽快から24時間を経過するまでは外出を控えることを推奨**

- 受診を希望される方は、かかりつけ医に連絡
- 陽性となった場合、家庭内での感染防止対策を
- かかりつけ医がない方、受診先がわからない方、体調悪化時に相談したい方は「**新型コロナ健康相談センター**」へ

体調不良時に備え**抗原検査キット、食料品・日用品、市販の解熱鎮痛薬**のあらかじめの【買い置き】

以下の場面では**マスクの【着用を推奨】**

- 医療機関を受診する時
- 医療機関・高齢者施設等へ訪問する時
- 通勤ラッシュ時など混雑した電車やバスに乗車する時  
※新幹線や高速バスなど、概ね全員の着席が可能であるものを除く
- **重症化リスクの高い方(※)**が感染拡大時に混雑した場所へ行く時  
※高齢者、基礎疾患を有する方、妊婦

改めて上記の点にご注意いただき、  
楽しい夏を過ごしてください