

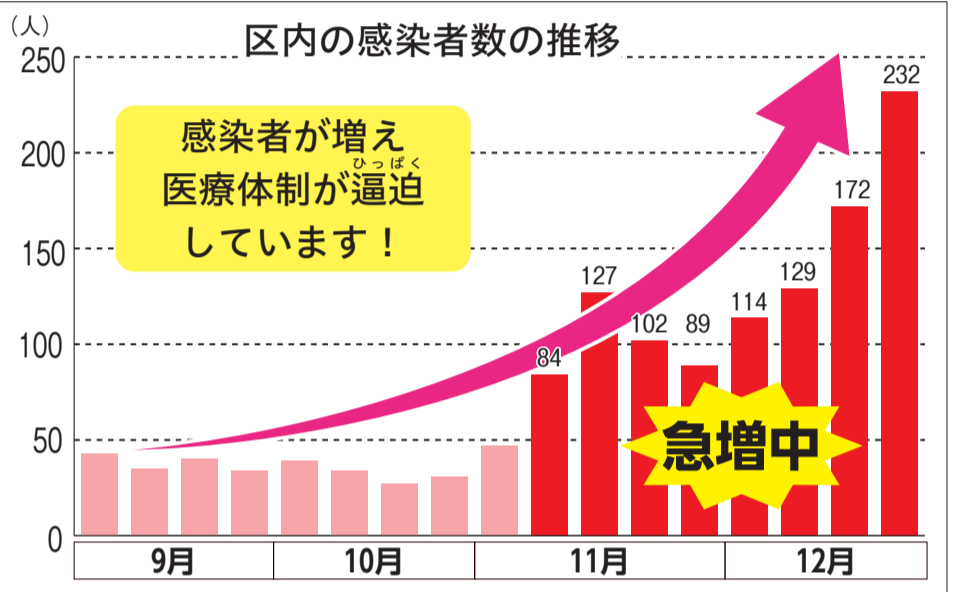
今まで以上に 不要不急の外出自粛を！

区内でも新型コロナウイルスの感染者数が急増しています。感染拡大を防ぐため、今まで以上に不要不急の外出を自粛し、新型コロナウイルス感染症による危機を一緒に乗り越えていきましょう！

緊急事態宣言を受けて

イベントの中止や施設利用の制限などを行う場合があります。

最新情報は区ホームページの新型コロナウイルス関連情報(右のQRコード)をご覧ください。
か、はなしょうぶコール(☎03-6758-2222)へお問い合わせください。



感染予防対策の徹底

手洗いやマスク着用など、基本的な感染予防対策を徹底した上で、次の対策も行ってください。

不要不急の外出を自粛する(ステイホーム)

- ▶ 買い物など必要な外出の際は、3密を避け、人数や時間を最小限にする。
- ▶ 可能な限りテレワークをする。
- ▶ 出前やテイクアウトなども利用する。
- ▶ 特に夜間の不要不急の外出は控える。



冬場の感染予防対策

常時換気の実施

室温が下がらないように、暖房器具を使いながら、窓を少しだけ開けて常時換気しましょう。

適度な加湿

加湿器の使用や洗濯物の室内干しで、湿度40%以上を目安に加湿しましょう。



⚠️感染リスクが高まる「5つの場面」⚠️

場面1 飲酒を伴う懇親会など



場面2 大人数や長時間におよぶ飲食



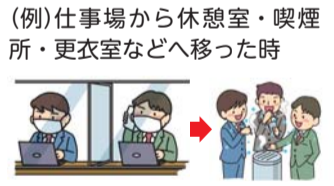
場面3 マスクなしでの会話



場面4 狭い空間での共同生活
(例)寮の部屋など



場面5 居場所の切り替わり
(例)仕事場から休憩室・喫煙所・更衣室などへ移った時



早めに相談！ 新型コロナウイルスに関する健康相談

発熱や咳、だるさなどがある方の健康相談

まずはかかりつけ医に電話相談してください。かかりつけ医がない・休診の場合は下記の窓口へ相談してください。

- (東京都) 発熱相談センター
☎03-5320-4592(毎日/24時間)
- (葛飾区) 新型コロナ受診相談窓口
☎03-3602-1376
(月～金曜日(祝日を除く)/午前8時30分～午後5時15分)

症状が無い場合の健康相談

感染したかもしれないと不安を感じる、感染予防法が知りたいなどの相談ができます。

- (東京都) 多言語相談(日・英・中・韓)
☎0570-550571(毎日/午前9時～午後10時)
FAX03-5388-1396(聴覚障害のある方)
- (葛飾区) 新型コロナウイルス相談電話
☎03-3602-1399(月～金曜日(祝日を除く)/午前8時30分～午後5時15分)

