

新型コロナウイルス感染症の 予防対策・拡大防止にご協力ください



守りたい だから 伝えよう



新型コロナウイルスの感染拡大で、群馬県の医療体制はひっ迫した状態が続いています。一人でも多くの県民の命と健康を守るため、県民の皆さまにはこの危機感を共有していただき、新しい生活様式の実践をもう一度確認してください。

「守りたい だから 伝えよう」

大切なあなたの家族、友人や仲間たちを守るために、どう行動すべきか、真剣に話し合ってください。県民一丸となって、この危機を乗り越えていきましょう。

群馬県知事 山本 一太

感染予防のポイント

県内で実際に発生した事例を参考に、予防対策のポイントをまとめました。基本的な感染予防を徹底するとともに、家庭内にウイルスを持ち込まないために、職場でも実践をお願いします。特に多数の人が集まる会食での感染事例が増えていますので、会食が伴う行事に参加される場合には、飲食する時だけマスクを外すなど各自で基本的な感染防止策を徹底してください。

基本的な感染予防の継続

- 石けんで手洗い。頻繁に丁寧に(外出先からの帰宅時、調理の前後、食事前、トイレ後など小まめに洗う)
- 正しくマスクを着用する(鼻と口を確実に覆い、隙間がないようにする)
- 三密を回避する(換気が悪い空間に集まって、互いに手が届く距離で会話や発声、運動することなどを避ける)



職場でのポイント

出勤時の注意

- 熱がなくても「のどの痛み」「せき」「だるさ」「頭痛」などの症状があれば出勤しない、させない



消毒の工夫

- 不特定多数の人が触れる部分を定期的に消毒する(ドアノブ、手すり、エレベーターのボタン、各種スイッチなど)
- トイレ(床を含む)を定期的に消毒する
- 1日1回以上消毒する



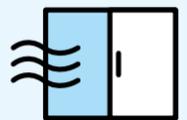
食事・休憩・喫煙時の注意

- 食事の時は間隔を空ける、時間をずらす。更衣室、休憩室に入る人数を制限する
- マスクを外す時(食事、歯磨き、化粧直し、喫煙など)は会話しない



換気の工夫

- 寒さを防ぎつつ、小まめな換気を行う
- 2方向の窓を開けるなど、空気の流れを作る
- 機械換気の場合、空気環境の基準および必要換気量が確保できているか確認する



症状があった場合の相談・受診の流れ

① かかりつけ医に電話で相談

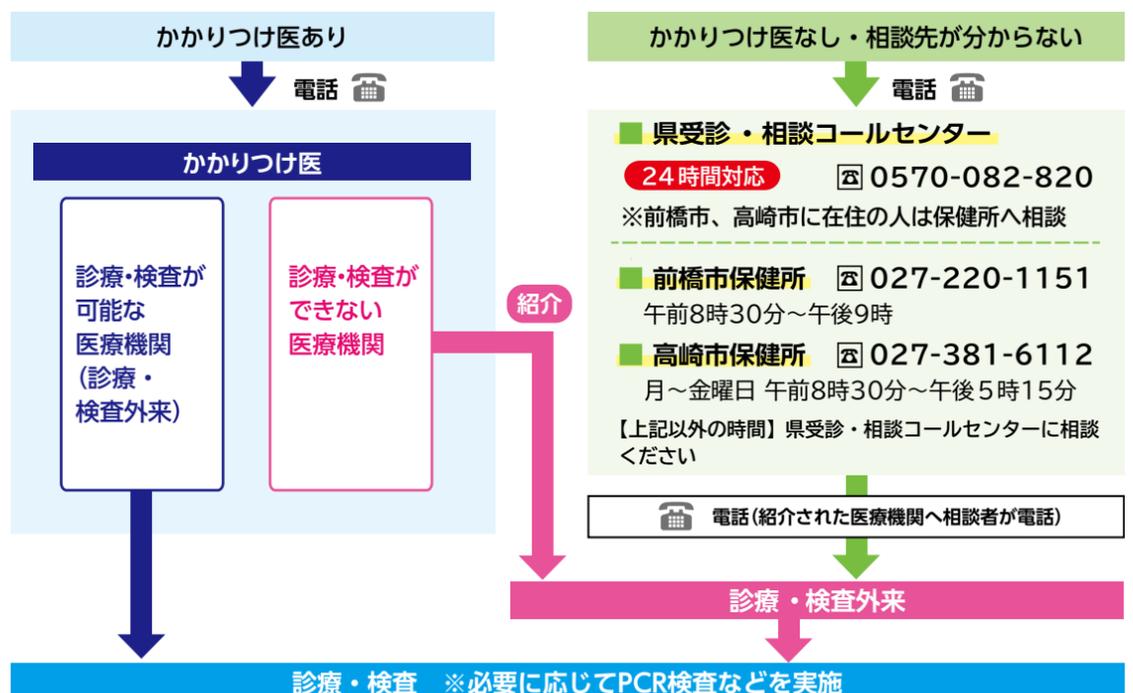
※かかりつけ医がない、または相談先が分からない人は、県受診・相談コールセンターまたは保健所(右図)に電話してください

② 相談先の医療機関で診療・検査ができる場合はそのまま受診

※相談先の医療機関で診療・検査が難しい場合は、診療・検査ができる医療機関などを紹介します

注意事項

- ・必ず電話をしてから医療機関を受診してください
- ・受診の際は必ずマスクを着用してください
- ・検査結果が判明するまでは外出を控えてください



※ここに示す情報は1月27日現在のものです。新型コロナウイルス感染症に関する情報は状況により変わることがありますので、今後も県・市町村の広報紙・ホームページやテレビ、新聞などの情報に注意してください