



# 新型コロナウイルス感染症「第3波」到来！

## 感染予防対策を徹底しましょう！

### 換気・湿度

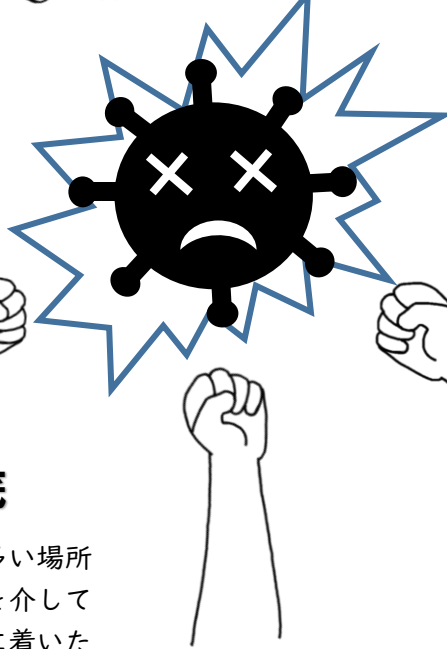


密閉空間にしないように、1時間に2回以上、外気を取り入れ換気を実施しましょう。また、乾燥しやすい室内では、加湿器やぬれたタオル・洗濯物を干すなどして、十分な湿度を保ちましょう。

### コロナに打ち勝つ

## 5つの習慣

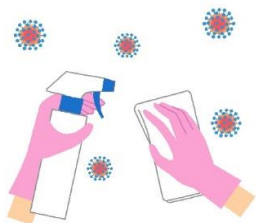
新型コロナウイルス



### 手洗い



手洗いは、感染症予防の基本です。帰宅後や食事前などには、かならず手洗いをしましょう。



### 消毒の徹底

ドアノブやリモコンなど触れる機会が多い場所はこまめに消毒しましょう。また、手を介してウイルスを広げないように自宅や職場に着いたらまずは手指消毒をしましょう。



### マスクの着用

くしゃみや咳などの飛沫から、ウイルスを広げないために、マスクを着用しましょう。

自分だけでなく相手への感染を防ぐために、日常の中で「密閉・密接・密集」の3密を避け、ソーシャルディスタンスを意識して行動しましょう。



### 密を避ける

SOCIAL DISTANCE



## 厚生労働省

COVID-19 Contact Confirming Application

## 新型コロナウイルス接触確認アプリ（略称:COCOA）

接触確認アプリは、新型コロナウイルス感染症の感染者と接触した可能性について、通知を受け取ることができるスマートフォンアプリです。多くの方からインストールしていただくことで感染予防効果が高まることから、アプリのインストールをお願いします。

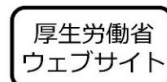
iPhoneの方はこちら



Androidの方はこちら



詳しくはこちら



# 発熱等の症状があるかたは、医療機関へ受診する前に、 まずは、**電話相談**してください

発熱、かぜ症状、息苦しさや強いだるさ等の症状がある場合で、「かかりつけ医」や「かかりつけの病院」がある方は、それらの医療機関にお電話でご相談ください。

普段から利用している開業医や病院がない方は、市内病院または「新潟県新型コロナ受診・相談センター」にお電話にてご相談ください。新型コロナ受診・相談センターでは、症状に応じて「県が指定した診療・検査医療機関」等をご案内しています。

## 平日の日中の場合



発熱、せき、のどの痛み等の  
症状がある方

かかりつけ医  
かかりつけの病院

ある

ない

いずれかに相談

「かかりつけ医」「かかりつけの病院」に、事前に電話で相談してください

医療機関の診療時間外（平日夜間や土日祝日等）は、  
新型コロナ受診・相談セン

けいなん総合病院  
発熱外来  
☎ 0255-72-3161

医療機関の診療時間外（平日夜間や土日祝日等）は、  
新型コロナ受診・相談セン

受診できる県内の医療機関を  
紹介してもらえます

新潟県新型コロナ受診・相談センター  
☎ 025-256-8275  
（土日・祝日含む24時間対応）

上越保健所でも相談可能です  
受付時間 平日：8:30～17:15  
☎ 025-524-6134

「かかりつけ医が発熱患者等の診療をしていなかった場合」「病院の内科診療が終了してしまっていた場合」などは、「新潟県が指定した診察・検査医療機関」等を紹介してもらえます

受診

