

日光市内でクラスター発生！

一人ひとりが**感染対策の徹底**を!!

日光市新型コロナウイルス対策室 ☎0288-21-5154

日光市からのメッセージ

日光市内において、学校クラスターが発生しました。

まずは、感染された方々に心からお見舞い申し上げますとともに、一日も早い回復を願っています。

また、市民の皆さまにおかれましては、感染拡大に対し、不安を感じていることと思います。全国的に変異株による感染者の報告が相次いでおりますが、感染拡大を防ぐためには、今まで行ってきた感染対策を今一度見直し、徹底することが重要です。

ぜひ、このチラシで正しい知識を確認し、事実に基づかない情報やうわさに惑わされることなく、冷静な判断と行動のもと、感染対策を徹底していただきたいと思います。

私たち一人ひとりの取り組みが、大切な家族や身近な人を守り、お住まいの地域を、そして国際観光文化都市日光市を感染から守ります。

市民の皆さま、不安な気持ちに負けず、今、それぞれの立場でできることを行っていきましょう。

受診の方法



①発熱などの場合、まずはかかりつけ医等最寄りの医療機関に電話相談

②かかりつけ医等最寄りの医療機関に連絡できない場合は、受診・相談センターに連絡

受診・相談センター ☎0570-052-092 (24時間)

→診療・検査医療機関を案内します

－悪いのはウイルス。感染者じゃない。－

感染された方や、そのご家族、関係者、医療に従事される方々などに対し、不確かな情報やうわさによる、差別や偏見、誹謗中傷、いじめなどは決して許されるものではありません。

そして、このような行為は、本来は関係がない方々に対しても不利益をもたらすこととなり、また、体調の悪い方が、その症状を訴えることを恐れ、結果として、感染が拡大することにもつながりかねません。

困った時は、一人で悩まず、相談を

みんなの人権110番(さまざまな人権問題に関する相談)

☎0570-003-110

こどもの人権110番(いじめ・虐待など子どもの人権の相談)

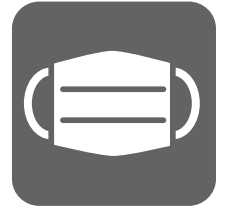
☎0570-007-110

感染対策～5つの基本～

変異株であっても、一人ひとりの基本的な感染対策は、これまでと同様に、この5つが基本です。

1. マスクの着用・咳エチケット

- ・会話をするときは、症状がなくてもマスクを着けましょう。
(水分補給をマメにするなど、熱中症にも注意しましょう)
- ・咳エチケットを徹底しましょう。



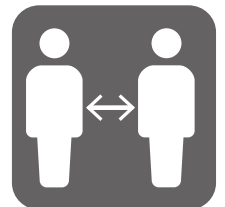
2. 手洗い

- ・家に帰ったら、まず、手や顔を洗いましょう。
- ・30秒かけて、水と石けんで丁寧に洗いましょう。
- ・手が洗えないときは、アルコール消毒をしましょう。



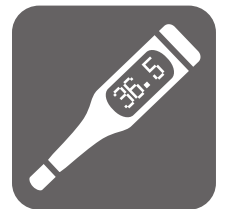
3. 「3密」の回避

- ・「密閉」の回避 こまめに換気をしましょう。
風の流れができるように、2方向の窓を開けましょう。
- ・「密集」の回避 人と人との間隔はできるだけ2m（最低1m）空けましょう。
飲食店でも距離をとりましょう。
(多人数は避け、互い違いに座るなど工夫しましょう)
- ・「密接」の回避 会話をするときは、できるだけ真正面を避けましょう。
電車やエレベーター内での会話は控えましょう。



4. 免疫力の維持

- ・十分な休養とバランスの取れた食事を心掛けましょう。適度な運動も効果的です。



5. 健康チェック

- ・毎朝の体温測定を忘れずに行いましょう。
- ・発熱や風邪の症状があるときは、自宅で療養しましょう。無理は禁物です。

新型コロナウイルスワクチン接種をご予約された方へ

ワクチン接種をするにあたっては、次のものが必要になりますので、忘れずにご持参してください。

必ず必要なもの

- ・市から届いたクーポン券
- ・健康保険証や運転免許証などの身分証明書
- ・予診票(クーポン券に同封しています。あらかじめご記入の上お持ちください)

あると便利なもの

- ・おくすり手帳(服用している薬の名前を聞くことがあります)
- ・本や雑誌など(接種後15～30分ほど待機時間があります)



ワクチン接種の予約および問い合わせ先 **コールセンター ☎0288-25-7955**