

令和2年11月1日から、相談方法が変わります！

もしかして
コロナかな？
インフルかな？

発熱等の症状が出たときは…

まずは、

事前にかかりつけ医に連絡(電話、FAXなど)しましょう

- 受診の際は、**事前に受診方法等を確認**しましょう。
※医療機関によっては、感染防止対策として発熱患者を特定の時間帯や別の場所で診療するところもあります。事前に受診時の注意事項を確認してから受診しましょう。
- また、マスクを着用し、**できるだけ公共交通機関の利用を避けま**しょう。

相談先に迷う場合は「受診相談センター」にご相談を

- かかりつけ医がないなど、相談先に迷う場合は、「受診相談センター」にご相談ください。
お近くの医療機関や受診の方法などをご案内します。

受付時間	連絡先		
9:00~17:15 ※土日祝日含む ※年末年始 (12/29~1/3)を除く	(電話) 0120-567-492 コロナ・至急に		
	(ファクシミリ) 0857-50-1033		
上記以外の時間	東部地区	中部地区	西部地区
	(電話) 0857-22-8111	(電話) 0858-23-3135	(電話) 0859-31-0029

陽性者と接触歴があるかたや接触した可能性があるなどご心配な場合は、各地区の保健所(接触者等相談センター)にご相談ください。

地区	電話 (8:30~17:15)	ファクシミリ (平日8:30~17:15)
東部(鳥取市保健所内)	0857-22-5625	0857-20-3962
中部(倉吉保健所内)	0858-23-3135	0858-23-4803
西部(米子保健所内)	0859-31-0029	0859-34-1392



3つの条件がそろう場所に注意しましょう

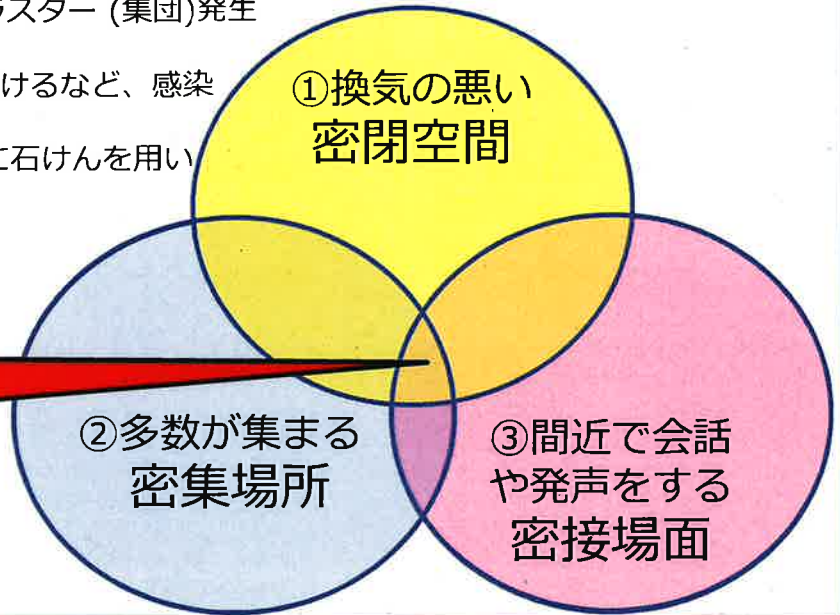
■ 3つの条件(密閉・密集・密接)に要注意!!

3つの条件が揃う場所でクラスター(集団)発生のリスクが高まります。

できるだけ、3つの条件を避けるなど、感染予防に心がけましょう。

また、帰宅後などにこまめに石けんを用いて手洗いをしましょう。

3つの条件がそろう
場所がクラスター
(集団)発生のリスク
が高い!



予防方法

■ 手洗い

外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などにこまめに石けんやアルコール消毒液などで手を洗いましょう。

正しい手の洗い方

手洗いの前に
爪は短く切っておきましょう
時計や指輪は外しておきましょう



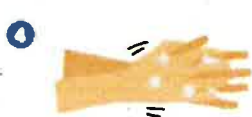
流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのばすようにこすります。



指先・爪の隙を念入りにこすります。



指の関節を洗います。



親指と手のひらをねじり洗います。



手首も忘れずに洗います。

出展：首相官邸ホームページ

(<https://www.kantei.go.jp/jp/headline/kansensho/coronavirus.html>)

■ 咳エチケット

咳やくしゃみが出るときは、ハンカチや袖などで鼻と口を覆ったり、マスクを付けるなどの咳エチケットを心がけましょう。



■ 持病がある方、ご高齢の方は、できるだけ人混みの多い場所を避けるなど、より一層注意してください。