

# 診療所からのお願い

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から受診に際しては以下  
のとおりとしますので、ご理解ご協力をお願い致します。

## 平日昼間に診療所をご利用になる皆さまへ

診療所内での感染拡大を未然に防ぐため、次の症状で受診を希望  
する方は必ず事前に電話をしてから受診して下さい。

- 微熱又はのどの痛み、咳が長く続いている方
- 強いだるさ（倦怠感）や息苦しさが続いている方
- 風邪の症状とよく似た方

## 平日夜間・休日に診療所をご利用になる皆さまへ

①上記と同様にお願いします。

②無症状病原体保有者も全国で確認されていることから、症状問わず  
全ての受診希望者の方は、必ず事前に電話をしてか  
ら受診されますようお願い致します。

## 帰国者・接触者相談センターについて

新冠町にお住まいの方で、新型コロナウイルス感染症の感染が  
疑われる方については、静内保健所へご相談下さい。



電話番号 0146-42-0251 開設時間 平日 8:45～17:30



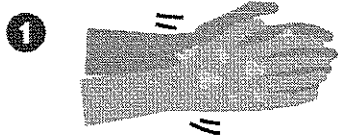
# 感染症対策へのご協力をお願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

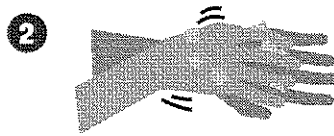
## ①手洗い

### 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。



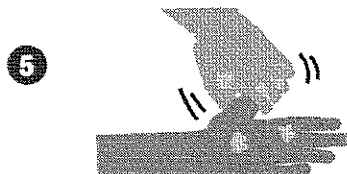
手の甲をのぼすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗いします。



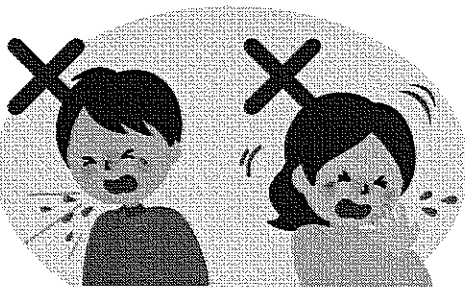
手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

## ②咳エチケット

### 3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まるところでやろう



何もせずに咳やくしゃみをする

咳やくしゃみを手でおさえる



マスクを着用する(口・鼻を覆う)

ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う

袖で口・鼻を覆う

### 正しいマスクの着用



① 鼻と口の両方を確実に覆う



② ゴムひもを耳にかける



③ 隙間がないよう鼻まで覆う



厚労省

検索

