



保健所からの大切なお願い あなたが コロナになったとき

あなたが 濃厚接触者（コロナに なった人の 近くに いた人）になったとき

①保健所の 人の 言うことを 必ず 聞いてください。

②家の 外に 絶対に 出ないで ください。
友達など ほかの人に 絶対に 会わないで ください。



③ PCR検査の 時間に 間に合わないときは 必ず 電話して ください。



④保健所からの 電話に 必ず 出てください。
保健所からの 電話に 出ることが できなかつたとき、
あなたが 保健所に 電話してください。



⑤保健所の 書類を 書いてください。
書き方が わからないときは 保健所に 聞いてください。

体の 調子が 悪いとき

①すぐに あなたの会社に 言ってください。

②友達に 会わないで ください。

③よく行く病院に 連絡してください。

国民保険や 社会保険に 入って 保険証を もらってください。

保険に 入っていない人は たくさん お金を 払います。



コロナの人が 多くならないための お願い

コロナ陽性者（コロナに なった人）は 元気なときもあります。
しかし、コロナ陽性者から 高齢者（おじいさん、おばあさん）の 家族に
コロナが うつって 死ぬかもしれません。
毎日の 生活を 気を付けて ください。

毎日マスクを 必ず してください。

鼻と 口を 出さないで ください。
鼻と 口を 出すと コロナに なることが 多いです。
マスクを しない人が コロナ陽性者と 家や 車などで
一緒にいるとき、 コロナに なることが 多いです。

あいさつ

ハグやキスはしないでください。ハグやキスをして多くの人が感染して
います。

人が たくさん いるところ

いま
今は カラオケ、 クラブ、 ライブなど 人が たくさん いるところに
行かないで ください。
パーティーで コロナに なる人が 多いです。5人より多い パーティーへ
行かないでください。

食 事

た 食べる時 ひと 人の 前まえに 座すわると コロナに なることが 多いです。
料理は 始めから ひとりずつ 皿を 分けて ください。
ほかの人の 皿、 箸、 ナイフ、 フォークは 使つかわないで ください。

手を 洗あらってください。 うがいも してください。

コロナウィルスが ついた手で 目を 触さわると コロナに なります。
いつも 手を 洗あらってください。
アルコール消毒も してください。
うがいも してください。