

新型コロナウイルス感染対策

夏休みやお盆の帰省に関する注意点

本格的な夏休みシーズンとなり、旅行やご家族の帰省等で
県外との往来がより活発になります。

しかし、最近では、新型コロナウイルスの感染者数が連日、各地で過去最多を
更新するなど、首都圏にとどまらず、全国的に感染が広がっています。

8月中は、以下の感染防止対策を徹底してください。

- ① 県外に移動する場合には、その必要性を慎重に判断し、移動先の感染状況を十分に確認して細心の注意を払った上で、より一層慎重に行動しましょう。
ご家族が帰省される場合は、移動後2週間の行動歴を記録し、人との接触をできるだけ控えましょう。

※裏面の「行動記録票」をご活用ください。
万が一感染した場合に感染拡大防止に役立ちます。
※新型コロナウイルス接触確認アプリ（COCOA）をスマートフォンにインストールしてご利用いただくと、陽性者と接触した可能性がある場合に通知を受け取ることができますので、ご活用ください。詳細は厚生労働省のホームページをご覧ください。
- ② 本村への帰省については、体調が悪い場合や病気を患っている人が帰省先の家族にいる場合は、帰省を控える等、慎重な判断をお願いします。帰省で親族が集まった場合は、室内の換気を十分に行う等、自宅内での感染予防を図りましょう。重症化しやすい高齢者、持病のある方、妊婦等との接触には特に注意が必要です。できるだけ外出を避け、挨拶回り等ではマスクを着用し、相手との距離を保って、短時間で済ませる等、ご配慮をお願いします。
- ③ 発熱または風邪の症状がある場合は無理せず自宅で療養し、体調に異常を感じたときは「帰国者・接触者相談センター（電話 0120-567-747）」に相談しましょう。
- ④ 3密回避、手洗い、マスク着用等の基本的な感染防止対策を継続しましょう。

**熱などの症状があつて昭和村国保診療所を受診するときは
必ず事前に電話でご相談ください。**

昭和村国保診療所 電話 57-2255 受付時間 9時から17時（平日のみ）

行動記録票

新型コロナウイルス感染拡大防止のための記録票です。
ご自身の健康管理にお役立てください。(提出不要です。)

氏名

| 日付 (曜日) | 体温(°C) 朝・夕 | 体調 | 時刻 | 場所 | 誰と | 何をしたか | 移動手段・備考 |
|-----------------|---------------|----|-------------|-------|------|-------|-----------------|
| 例 8/5 (水) | 36.5 36.7 | 良 | 8:30~11:00 | 〇〇病院 | △△さん | 内科受診 | 自家用車 全員マスク着用 |
| | | | 18:00~20:00 | □□さん宅 | □□さん | ××の相談 | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

「体調」欄の具体的な症状の記入例
せき・のどの痛み・鼻水・だるい・息苦しい・頭痛・下痢・味覚症状・嗅覚異常 等