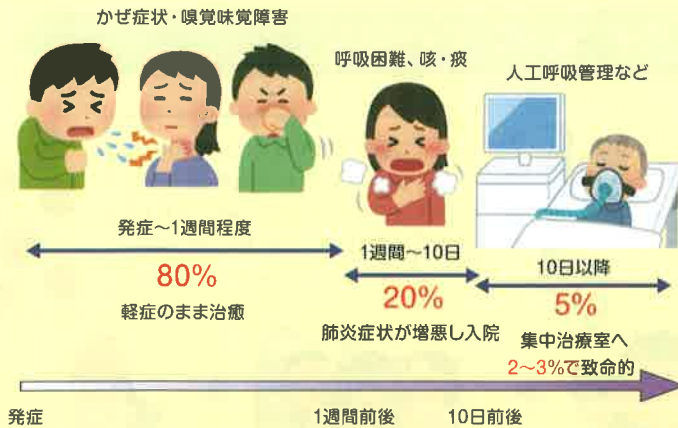




正しい知識と冷静な行動で、新しい生活様式を実践しよう！

新型コロナウイルス感染症とは

【出典】 新型コロナウイルス感染症診療の手引き（第3版）



新型コロナウイルスに感染すると1日～14日程度の潜伏期間の後、発熱や咳、倦怠感、呼吸苦、一部の方に味覚・嗅覚障害が1週間程度続き、80%は軽症のまま治癒します。

ただし、年齢や基礎疾患の有無により、重症化のリスクが異なります。

厚生労働省、国立感染症研究所や自治体のホームページから常に最新の情報を得るようにしましょう。

※中国における約4万症例の解析結果を参考に作成（Wu, JAMA 2020）。
年齢や基礎疾患などによって、重症化リスクは異なる点に注意。

新しい生活様式を実践して、ご自身や周りの方、そして地域を、感染拡大から守りましょう。

<新しい生活様式>

- まめに手洗い、手指消毒
- こまめに換気
- 3密の回避（密集、密接、密閉）
- 一人ひとりの健康状態に応じた運動や食事、禁煙等、適切な生活習慣の理解・実行
- 毎朝の体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養
- 咳エチケットの徹底（マスクの着用など）
- 身体的距離の確保



<感染拡大防止に役立つ便利な機能> スマートフォンからご利用ください



「感染拡大防止システムいばらきアマビエちゃん」や「新型コロナウイルス接触確認アプリCOCOA」を利用し、新しい生活様式の実践をお願いいたします。

お出かけの際は、いばらきアマビエちゃん登録店を利用しましょう。

正しい知識をもとに、正しく恐れ、冷静な行動を心がけ、症状がある場合は相談窓口にご連絡しましょう。

相談窓口はこちら↓

安心して医療機関を受診してください

新型コロナウイルス感染症に関する一般的な相談窓口

茨城県庁内専用電話（直通）
☎ 029-301-3200
（受付）8時30分～22時
土日・祝祭日を含む



医師や看護師、臨床検査技師、薬剤師といったすべての医療従事者は、国民の命を守るため、日々懸命に新型コロナウイルス感染症に立ち向かっています。

一人一人が正しく行動することが、医療従事者に対する応援となります。

日本医師会では、患者さんが安心して医療機関に来院できるよう、感染防止対策を徹底している医療機関に対して、『新型コロナウイルス感染症等感染防止対策実施医療機関みんなが安心マーク』を発行しています。

安心して医療機関を受診してください。