

ウイルスに 気(き)をつけながら、 新(あた)らしい日常生活(にちじょうせいかつ)を 始(はじ)めましょう!

5月(がつ)8日(ようか)から 新型(しんがた)コロナウイルスの、法律(ほうりつ)で 決(き)まっている病(びょう)気(き)のレベルが 変(か)わります。そのため ウイルス対策(たいさく)のルールが 変(か)わります。兵庫県(ひょうごけん)のみなさん、今(いま)まで 3年(ねん)以上(いじょう)も ウイルスを ひろげないように 協(きょう)力(りき)してくれて ありがとうございました。

どうやって ウイルスに かからないように するか、これからは じぶんで 考(かん)が(え)て 決(き)めます。今(いま)までの経(けい)験(けん)を もとに、ウイルスに かからないように 気(き)をつけながら 新(あた)らしい生活(せい)かつ)を 始(はじ)めましょう。

1 これまでの経(けい)験(けん)を もとに、ウイルスに かからないように 気(き)つけてください

- 手洗(てあら)いや 消毒(しょうどく)、換(か)気(き)、マ(マ)スクなどを すると、コ(コ)ロ(ロ)ナ(ナ)ウ(ウ)イ(イ)ル(ル)スに か(か)かり(り)に(に)く(く)な(な)ります。
- 熱(ねつ)が ある(あ)る(る)人(ひと)、の(の)ど(ど)が 痛(いた)い(い)人(ひと)、ウ(ウ)イ(イ)ル(ル)スに か(か)か(か)つ(つ)た(た)人(ひと)は、ウ(ウ)イ(イ)ル(ル)スに ひ(ひ)ろ(ろ)げ(げ)な(な)い(い)た(た)め(め)に、で(で)き(き)る(る)だ(だ)け(け) 外(そと)に 行(い)か(か)な(な)い(い)で(で)く(く)だ(だ)さ(さ)い。病(びょう)院(いん)など、外(そと)に 行(い)か(か)な(な)ら(ら)ば(ば)な(な)ら(ら)ない(い)と(と)き(き)は、人(ひと)が 多(おほ)い(い)場(ば)所(しょ)を 通(とお)ら(ら)な(な)い(い)で(で)く(く)だ(だ)さ(さ)い。体(からだ)の 具(ぐ)合(あ)い(い)が 悪(わる)く(く)な(な)っ(つ)て(て)か(か)ら(ら) 10日(とお)間(かん)は マ(マ)スクを し(し)て(て)く(く)だ(だ)さ(さ)い。
- 病(びょう)院(いん)、薬(や)局(きょく)、高(こう)齢(れい)者(しゃ)施(し)設(せつ)に 行(い)く(く)と(と)き(き)は、お(お)年(とし)寄(よ)り(り)や 病(びょう)気(き)の 人(ひと)が ウ(ウ)イ(イ)ル(ル)スに か(か)ら(ら)な(な)い(い)よ(よ)う(う)に、マ(マ)スクや 消(しょう)毒(どく)を し(し)て(て)く(く)だ(だ)さ(さ)い。

2 病院(びょういん)に行(い)くときは電話(でんわ)してから行(い)ってください

- ウイルスにかかったときに病気(びょうき)が重(おも)くなりやすい人(ひと)や、体(からだ)の具合(ぐあい)がとても悪(わる)くなった人(ひと)は、病院(びょういん)に行(い)く前(まえ)に、病院(びょういん)や兵庫県(ひょうごけん)の健康相談(けんこうそうだん)コールセンターに電話(でんわ)してください。コールセンターは24時間(じかん)、何時(なんじ)でも電話(でんわ)することができます。

兵庫県(ひょうごけん)のホームページに「発熱等(はつねつとう)診療・検査(しんりょう・けんさ)医療機関(いりょうきかん)公表(こうひょう)リスト」があります。熱(ねつ)があるとき、コロナウイルスの検査(けんさ)をしてくれる病院(びょういん)がわかります。病院(びょういん)に行(い)くときはかならず電話(でんわ)してから行(い)ってください。5月(がつ)8日(ようか)からは、コロナウイルスで病院(びょういん)に行(い)ったときは、じぶんでお金(かね)を払(はら)わなければなりません。

- 具合(ぐあい)が悪(わる)くなったときのために、自己検査(じこけんさ)キットや薬(くすり)を準備(じゅんび)してください。65歳(さい)以上(いじょう)の人(ひと)、病気(びょうき)がある人(ひと)、おなかに赤(あか)ちゃんがいる人(ひと)などは、ウイルスにかかったとき病気(びょうき)が重(おも)くなりやすいです。それ以外(いがい)の人(ひと)は、具合(ぐあい)があまり悪(わる)くないときは、じぶんで解熱剤(げねつざい)などの薬(くすり)を買(か)って飲(の)んだり、家(いえ)で休(やす)んだりしてください。
- 65歳(さい)以上(いじょう)の人(ひと)や病気(びょうき)がある人(ひと)は、ワクチンを注射(ちゅうしゃ)してください。兵庫県(ひょうごけん)は6月(がつ)にワクチンの注射(ちゅうしゃ)を始(はじ)めます。
- ウイルスにかかった後(あと)で何日(なんにち)家(いえ)で休(やす)むか、5月(がつ)8日(ようか)から、じぶんで決(き)めることができるようになります。何日(なんにち)休(やす)んだらいいかわからない人(ひと)は、具合(ぐあい)が悪(わる)くなった日(ひ)から5日間(いつかかん)できるだけ家(いえ)で休(やす)んでください。