

県民の皆様に日頃から心がけてほしいこと

- **感染しない、感染させない行動を！**
 - ・ マスクの着用（かぜ？と思ったら家庭内でもマスク着用を！）、手洗い・手指の消毒、換気は予防に重要！
 - ・ ワクチン接種（オミクロン対応とインフルエンザ）をしておく
 - ・ 医療従事者等ハイリスク施設で勤務される方で軽微でも症状のある方は、抗原キットでの検査で陰性となっても、念のためPCR検査を！
- **発熱等の症状が出た場合に備えてあらかじめ準備を！**
 - ・ かかりつけ医や近隣の発熱外来の情報
 - ・ 薬（解熱鎮痛剤、整腸剤等）、食料品等の常備（できれば抗原キットも）
- **医療機関受診は診療体制の整った平日昼間に！**
 - ・ 時間外（休日や夜間）受診は、極めて限られた医療機関しか対応できないため、緊急を要さない限り、平日昼間の受診を
- **高齢者、小児、重症化リスクの高い方、症状の強い方は受診を！**
 - ・ 特に、通院中の基礎疾患をお持ちの重症化リスクの高い方は早期受診を！
 - ・ 息苦しさ（呼吸困難感）、胸痛、顔色不良、ゼーゼーする（喘鳴）、水分が摂れない、強い全身倦怠感、ウトウトする、けいれんの症状は要注意
- **軽微でも症状がある方は、積極的に抗原キットによる自主検査を！**
 - ・ 医薬品と承認されたものを使用