

新型コロナウイルス感染症の対応について

配付日

令和2年2月20日

お問い合わせ先

健康づくり課 保健予防係 ☎25-1880

1. 新型コロナウイルス感染症とは

ウイルス性の風邪の一種です。発熱やのどの痛み、咳が長引くこと（1週間前後）が多く、強いだるさ（倦怠感）を訴える方が多いことが特徴です。

感染から発症までの潜伏期間は1日から12.5日（多くは5日から6日）といわれています。

2. 日常生活で気をつけること（新型コロナウイルス感染予防のために）

- ・まずは、手洗いが大切です。外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などにこまめにせっけんやアルコール消毒液などで手を洗いましょう。
※詳しくは裏面をご確認ください。
- ・咳などの症状がある方は、咳エチケットを行ってください。
- ・持病がある方、ご高齢の方は、出来るだけ人ごみの多い場所を避けるなど、より一層注意してください。
- ・十分な睡眠と栄養バランスの良い食事で免疫力を低下させない生活習慣を心がけましょう。

3. 次の症状がある方は「新型コロナウイルス感染症有症状者相談窓口」

（佐久保健福祉事務所）にご相談ください。

- ・風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている。
（解熱剤を飲み続けなければならないときを含みます。）

- ・強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある。

※高齢者や基礎疾患のある方は、上の状態が2日程度続いた時。

※受診の際は、マスクを着用し、公共交通機関の利用を避けてください。

佐久保健福祉事務所連絡先

平日	8:30～17:15	0267-63-3164
休日夜間	17:15～8:30	0267-63-3111(代)

4. 新型コロナウイルス感染症一般相談窓口

一般的な相談は、佐久保健福祉事務所の他に、下記でも休日を含め24時間専用電話で受け付けます。

☎ 長野県新型コロナウイルス感染症に関する専用相談電話（長野県健康福祉部 保健・疾病対策課）

☎ 026-235-7277 または 026-235-7278

FAX 番号：026-235-7170（平日8:30から17:15）