鹿児島市の新型コロナウイルス感染症対策 正しい予防と支援策

◇大皿の料理は取り

◇対面を避けて会話

分けて食べる

は控えめに

感染予防と経済活動を両立するため、本市では引き 続き市民や事業者の皆さんに支援などを行っていきま す。主な感染症対策や支援策などを紹介します。

まっています。 インフルエンザの予防接種が始

以上や妊娠中の人、生後6カ月~ に予防接種を受けましょう。 小学2年生の子どもなどは、 ス感染症との同時流行が心配され まだ接種していない65歳 新型コロナウイル



お出掛け先でも感染症対策を

のポイントを紹介します。 行動しましょう。お出掛けを心置きなく楽しむため 施設や飲食店などが呼び掛ける感染症対策に従って 新しい生活様式」などに基づいた行動が重要です。 ノペーン」などで、外出の機会が増えるといっそう*、* 「Go To トラベル」や「Go Т

のポイントを紹介します。

ポイント

健康を保つために

う。3食バランスよく食べ、 手入れなどで体を動かしましょ と、心身の機能が低下して動け なくなることが心配されます。 ンパク質を含む食品を多くとつ **人混みを避けて、散歩や庭の** 体を動かさない状態が続く



て筋肉量を維持しましょう。

集まって活動するときに



◇対面に座らず会話

◇空いている時期・

時間帯を選ぶ

は控えめに





※相談する医療機関

に迷うときは、

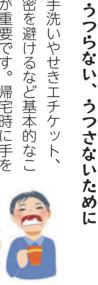
センター(旧帰国者・接触者相談センター)

とが重要です。帰宅時に手を 3密を避けるなど基本的なこ

洗えるマスクは毎回

洗って清潔に保つなど、

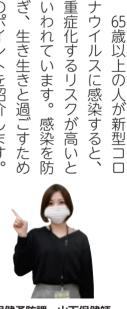
ることを実践しましょう。



変更後の相談方法

受診先など詳しくは、

手洗いやせきエチケット



いわれています。

ナウイルスに感染すると、

高齢者の感染症対策

かごしま) 233・322 新型コロナウイルス感 感染が疑われるとき

染症相談窓口コールセンター(コロナ相談 の受診相談を除く一般的な問い合わせは、

スに関

保健予防課 山下保健師

時間に2回以上の換気を行 室内で活動するときは、 お互いの距離を1m以上 茶菓子は個別包装のも 使い捨ての食器などを 飲食をすると

◇混んでいたら後か

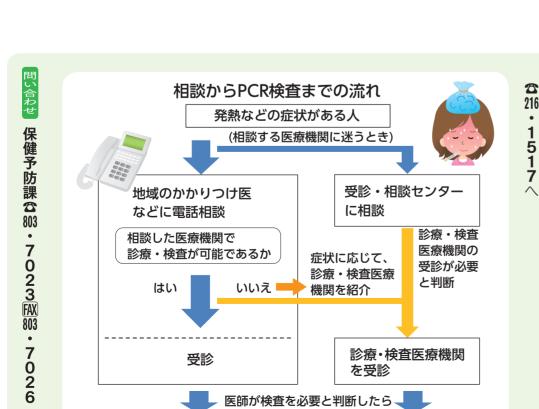
◇お土産はあれこれ

触らず目で選ぶ

空けましょう。

のを選びましょう。

らゆっくり



PCR 検査などを実施

月から相談方 法などが変わります

う方法に変わります けられるように、 医療機関へ連絡して 新型コロナウイル か かりつけ医などで相談・診療・検査を行 スとインフルエンザの検査をどちらも受 ください。 発熱などの症状があるときは、 まずは



市町をご覧くだ