

3がつ 29にち からの おねがい (5がつ 7にち まで)

○マスクについて

- (1) マスクをつけるか つかないかは、じぶんで きめます。 きほんてきに、マスクは しなくても いいです。
- (2) マスクをつけたく ない人(ひと)に、「マスクをつけなさい」と いたり、マスクをつけたい人(ひと)に、「マスクをはずしなさい」ということは、やめてください。
- (3) 高齢者(こうれいしゃ)など 重症化(じゅうしゅうか=コロナに かかると しょうじょうが ひどく なること)しやすい 人(ひと)が 感染(かんせん) しないように つぎの ときには マスクをつけることを すすめます。
 - ・びょういんに いく とき (むりょうで コロナの けんさを する ばしょも マスクをつけてください)
 - ・高齢者(こうれいしゃ)など 重症化(じゅうしゅうか)しやすい 人(ひと)が たくさん いる びょういんや 高齢者施設(こうれいしゃ しせつ) などへ いくとき。
 - ・人(ひと)が たくさん のっている でんしゃや バスに のる とき。
- (4) コロナの 症状(しょうじょう)がある とき/コロナの けんさで 陽性(ようせい)に なった とき/いっしょに すんでいる かぞくが 陽性(ようせい)に なったときなどに 病院(びょういん)に いたり 外出(がいしゅつ)する ときには、マスクを してください。
- (5) 事業者(じぎょうしゃ)が 感染対策(かんせんたいさく) などの ために、そこで はたらく 人(ひと)や、そこに くる 人(ひと)に 「マスクをつけてください」という ことは できます。

○高知県(こうちけん)の みなさまへ

- (1) 3密(さんみつ)にならない、空気(くうき)の入(い)れかえ、手(て)の消毒(しょうどく) など **基本的(きほんてき)な 感染防止対策(かんせん ぼうしたいさく)**を してください **【とくに、高齢者(こうれいしゃ=おじいさん、おばあさん)や びょうきを もっている 人(ひと)】**。
- (2) 家(いえ)では へやの まどを あけたり、かぞくが つかうところを 消毒(しょうどく)して ください。かぞく みんなで ひとつの タオルや 皿(さら)などを つかわない などの 感染防止対策(かんせん ぼうしたいさく)を つづけて ください。
- (3) オミクロン株(かぶ)の ワクチン接種(せつしゅ)を うけて いない ひとで、12~64歳(さい)で びょうきを もってない ひと、**2023ねん5 がつ7にち までに** ワクチンを うけて ください。5がつ 8にちから 8がつ までは、65さい いじょうの ひと だけ うけることが できます。(れいわ5ねんどの ワクチンについては、別紙(べっし)を みてください。)
- (4) ねつなどの 症状(しょうじょう)が であら、病院(びょういん)に いか、じぶんで けんさを してください。
- (5) **陽性(ようせい)に なったひとで 発生届(はっせい とどけ)が でない ひと**は、かならず こうちけんの **「陽性者(ようせいしゃ)フォローアップセンター」に 登録(とうろく) してください**。
- (6) 症状(しょうじょう)が なくても コロナに なったかも しれないと しんぱいな ひと、県(けん)が つくった 検査会場(けんさ かいじょう)や 県内(けんない)の 薬局(やっきょく)で **無料(むりょう)で 検査(けんさ)を うけることが できます**。(5がつ7にち まで できます)
- (7) 救急車(きゅうきゅうしゃ)を よぶか、びょういんに いか どちらに したらよいか わからないときは、**高知家(こうちけ)の 救急医療電話(きゅうきゅういりょうでんわ)「#7119」に でんわ** してください。
- (8) コロナになって、自宅療養(じたくりょうよう)を することになったら、家(いえ)の 外(そと)に 出(で)ません。災害(さいがい)の ときと おなじように、たべものや せいかつに 必要(ひつよう)な ものを 買(か)っておきましょう。
- (9) 熱(ねつ)が であつた ために、まえもって 薬局(やっきょく)などで、抗原定性検査(こうげんていせいけんさ)キットや 解熱鎮痛薬(げねつちんつうやく=ねつや いたみをおさえる くすり)を 買(か)っておくことを すすめます。
- (10) コロナに なったひとや そのかぞく、びょういんで はたらいている ひとを わるく いたり、いじわるな ことを したりしては いけません。

3がつ 29にち からの おねがい (5がつ 7にち まで)

○事業者(じぎょうしゃ)の みなさまへ

- (1) 業種別(ぎょうしゅべつ)ガイドラインの 感染防止対策(かんせん ぼうしだいさく)[とくに、あなたの みせや かいしゃで はたらく ひとが マスクを つけること]を まもってください。
- (2) はたしている ひとの 健康(けんこう)に きをつけてください。すこしでも からだの 調子(ちょうし)が わるい ときは、**しごとを やすめるように** してください。
- (3) コロナに 感染(かんせん)したり、濃厚接触者(のうこうせつしょくしゃ)に なった ひとが、しごとにもどるときに、病院(びょういん)などの 証明書(しょうめいしょ)が ひつようだと 言(い)わないで ください。

1 会食(かいしょく=ひとと いっしょに ごはんを たべたり おさけを のむ こと)について

- (1) ごはんを たべるときは、できるだけ「**高知家あんしん会食推進の店(こうちけ あんしん かいしょく すいしんの みせ)**」として みとめられた みせへ 行ってください。
- (2) 「ひとが つかった コップで おさけを のむ」、「おおきい こえで はなす」など、感染(かんせん)しやすい ことは、しないでください。

2 外出(がいしゅつ)・移動(いどう)について

ほかの 県(けん)に 行(い)くときには、**その県(けん)の 知事(ちじ)の メッセージや おねがいを よく まもってください。**

3 イベント等(とう)について

つぎのことに きをつけて 業種別(ぎょうしゅべつ)ガイドラインにもとづく 感染防止対策(かんせんぼうしだいさく)を かならず まもってください。

- (1) 5,000人(にん)より おおく 収容率(しゅうようりつ)が 50%を こえる イベントは、2週間(しゅうかん)前(まえ)までに 県(けん)に「感染防止安全計画(かんせん ぼうし あんぜん けいかく)」を 提出(ていしゅつ) <※> してください。

※ 県(けん)の 確認(かくにん)を うけたイベントは、**人数上限(にんずうじょうげん)を、収容定員(しゅうようていゐん)まで、かつ 収容率(しゅうようりつ)の 上限(じょうげん)を 100%と します。**

- (2) (1) 以外(いがい)は「感染防止策(かんせんぼうしだいさく) チェックリスト」をつかって、ホームページ等(とう)で 公表(こうひょう)し、イベントが おわってから 1年間(ねんかん)は、保管(ほかん)してください。県(けん)に 提出(ていしゅつ) しなくても いいです。