

皆様への緊急のお願い

～新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防ぐために～ 青森県知事 三村 申吾

この度、緊急事態宣言の対象地域が、青森県を含む全国に拡大されるとともに、まん延が進む首都圏等の13都道府県については、特定警戒都道府県に指定されたところです。

医療機関への通院や食料・医薬品・生活必需品の買い出し、必要な職場への出勤などを除く、不要不急の外出は自粛してください。

また、不要不急の帰省や旅行など、都道府県をまたいだ移動は極力控え、特に、特定警戒都道府県との往来は自粛してください。

イベント、会議、スポーツ、夜間の飲食等も含め、あらゆる場面において、密閉・密集・近距離での会話といった3つの「密」を避けることを徹底してください。

感染が疑われる症状が出た場合には、医療機関を受診する前に、まずは保健所に設置している「帰国者・接触者相談センター」に連絡してください。

国民が足並みを揃えて取り組むことによって初めて感染拡大防止の効果が得られるものと考えておりますので、皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

新型コロナウイルス感染症コールセンター

一般的な相談やお問い合わせは、**フリーダイヤル 0120-123-801**
コールセンターをご利用ください。
(土曜・日曜や祝日を含めて、24時間対応)

帰国者・接触者相談センター

相談・受診の目安

次のような方は、医療機関を受診する前に、最寄りの保健所に設置するセンターへご相談ください!

- ✓ 風邪の症状や37.5度以上の発熱が4日以上続いている。
 - ✓ 強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある。
 - ✓ 海外から帰国し、感染が疑われる症状がある。
- ※高齢者や基礎疾患等のある方は、上の状態が2日程度続く場合。

保健所	電話番号	保健所	電話番号
青森市	017-765-5280	むつ	0175-31-1891
八戸市	0178-43-2291	上十三	0176-22-3510
弘前	0172-33-8521	東地方	017-739-5421
五所川原	0173-34-2108	三戸地方	0178-27-5111



新型コロナウイルスの集団発生防止にご協力をお願いします

3つの密を避けましょう!

- ① 換気の悪い **密閉空間**
- ② 多数が集まる **密集場所**
- ③ 間近で会話や発声をする **密接場面**



詳しくは **青森県庁** 保健衛生課 ☎017-734-9284