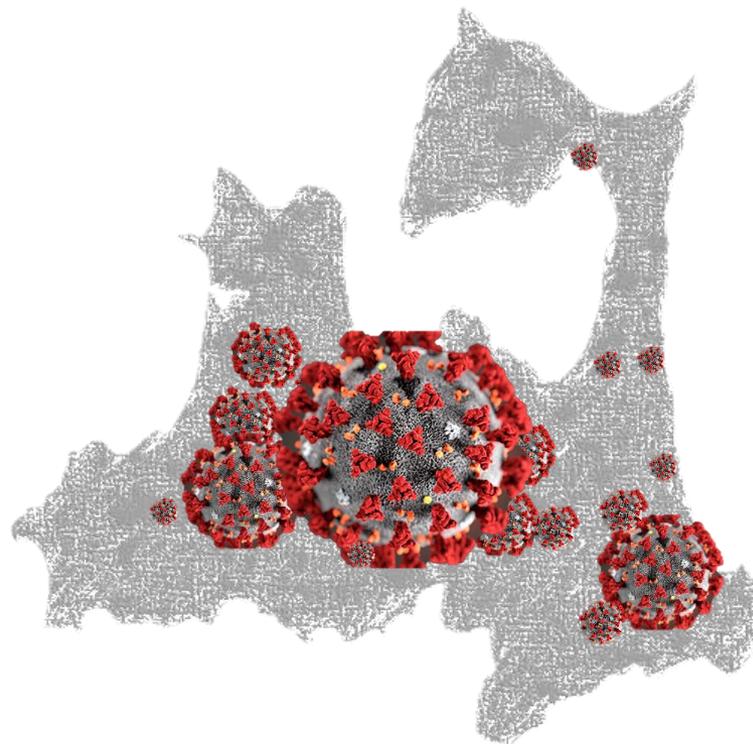




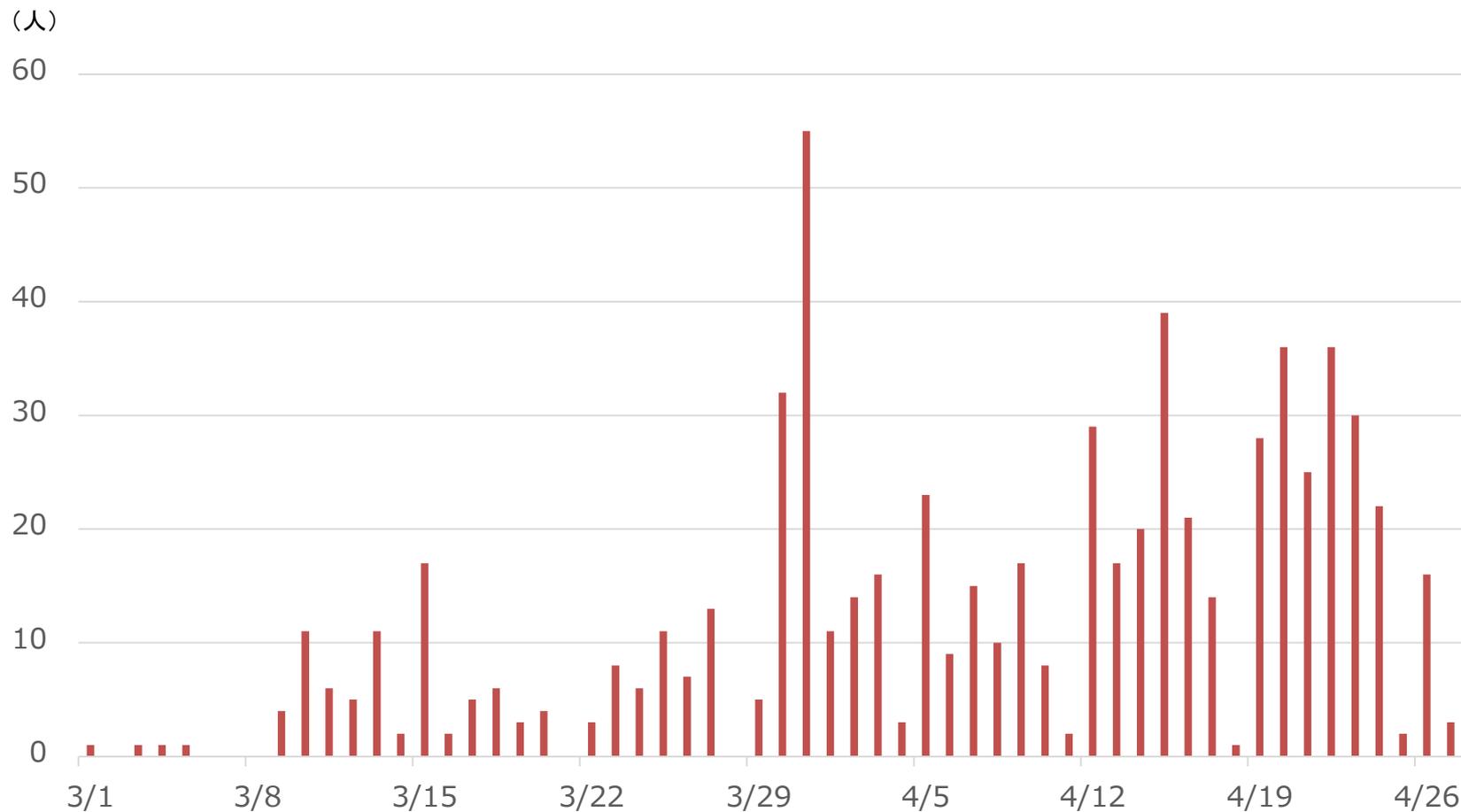
大型連休に向けて



現在・今後の危機的状況

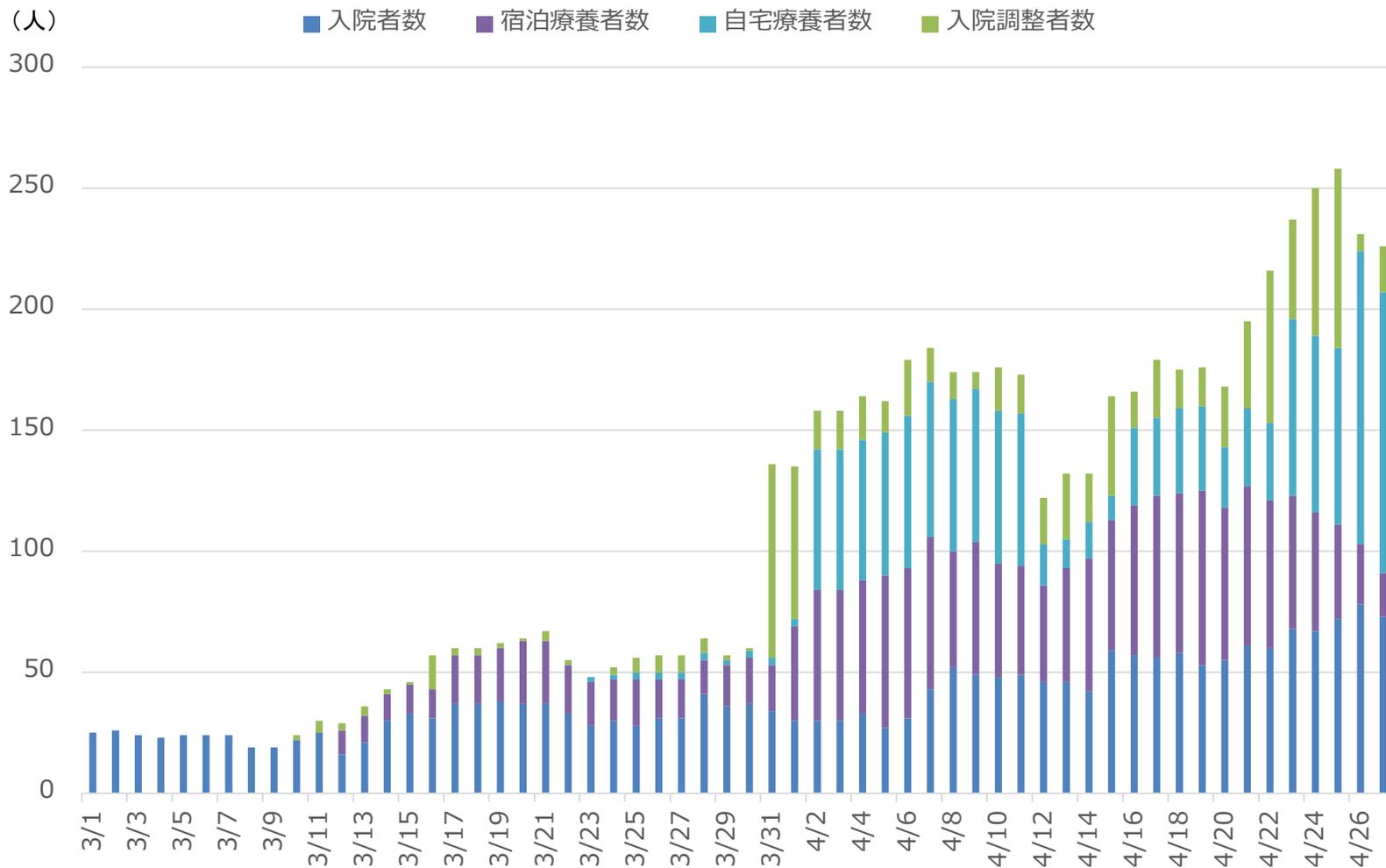


陽性者の状況



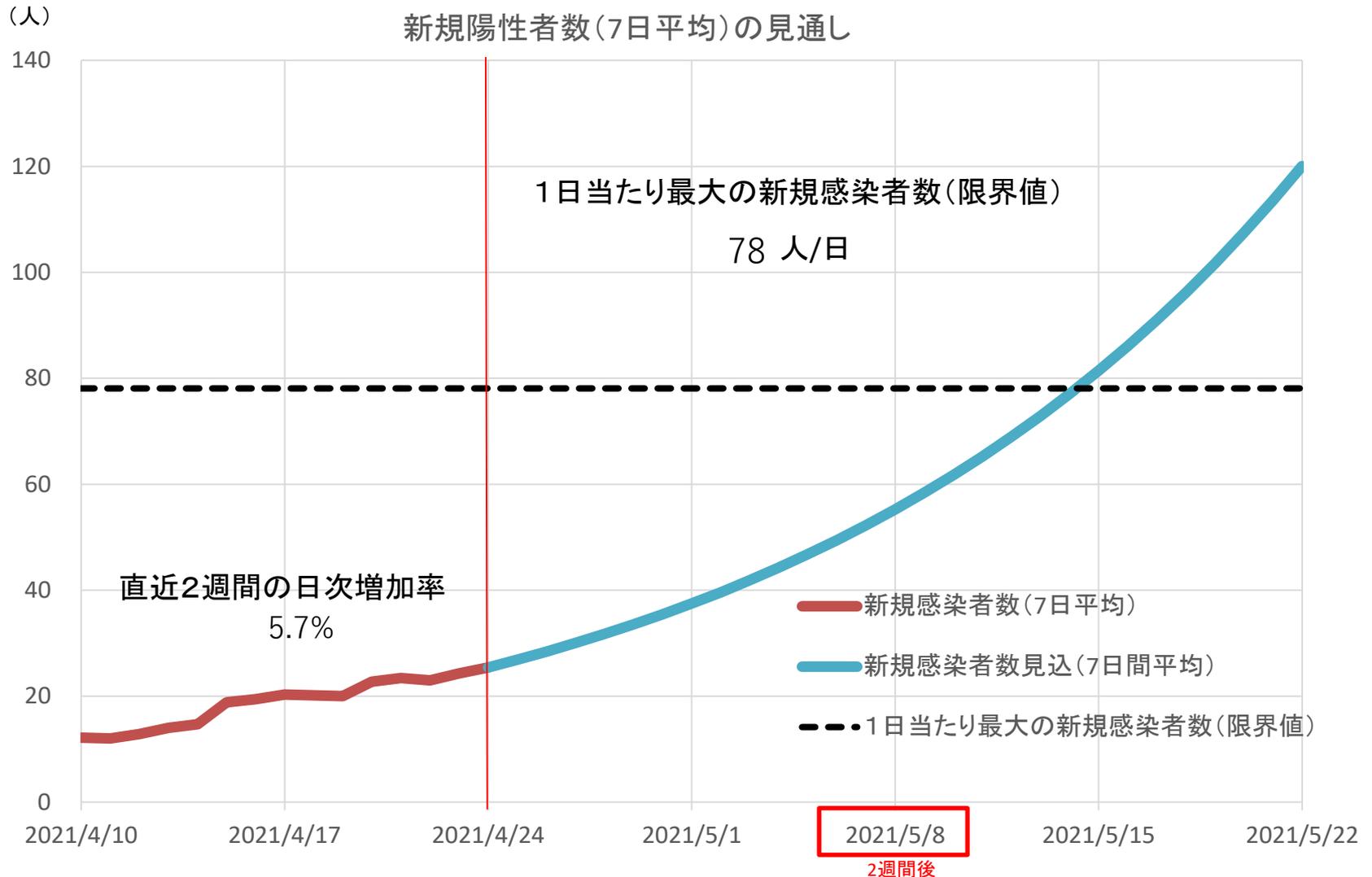


入院・療養状況



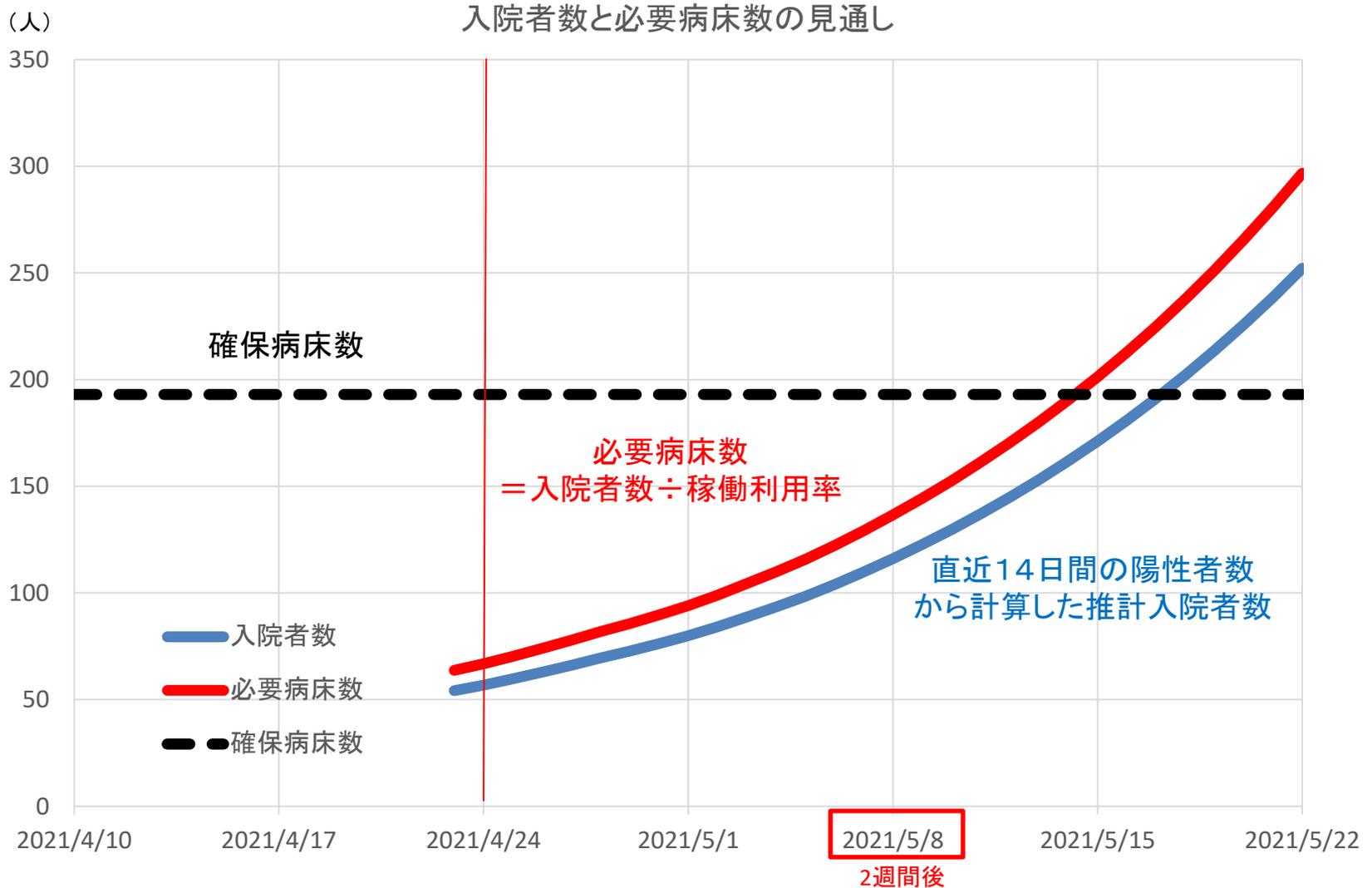


新規陽性者数の見通し





入院患者数と必要病床数の見通し





大型連休の意義



大型連休と感染鎮静化

- 大型連休は感染鎮静化の大きなチャンス
 - 「学内感染で学校休止」と同等の社会的意義
- 社会生活の休止徹底と県民一人ひとりの行動の組み合わせで達成可能



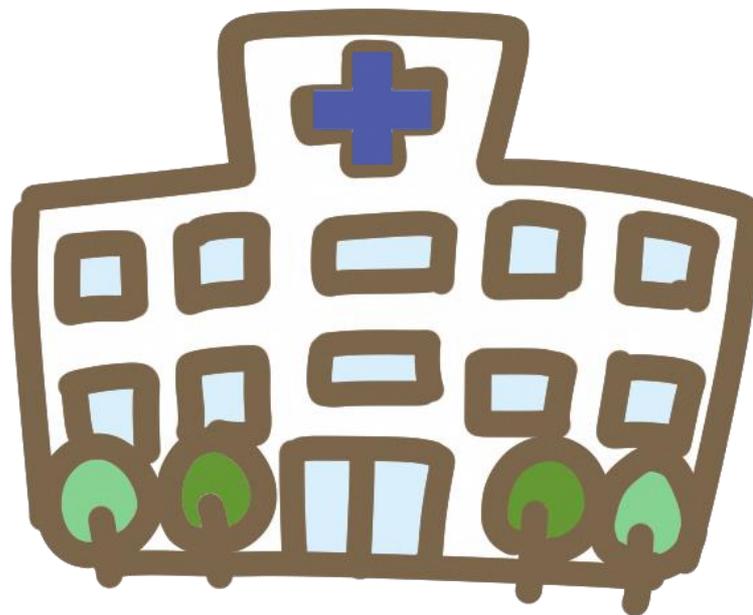
基本的方策：社会活動

- 社会活動を必要最小限に限定
 - 接触の機会をできるだけ低減
- 他県からの人流、県内人流の抑制
 - イベント自粛
 - 呼び込みの自粛



基本的方策：個人行動

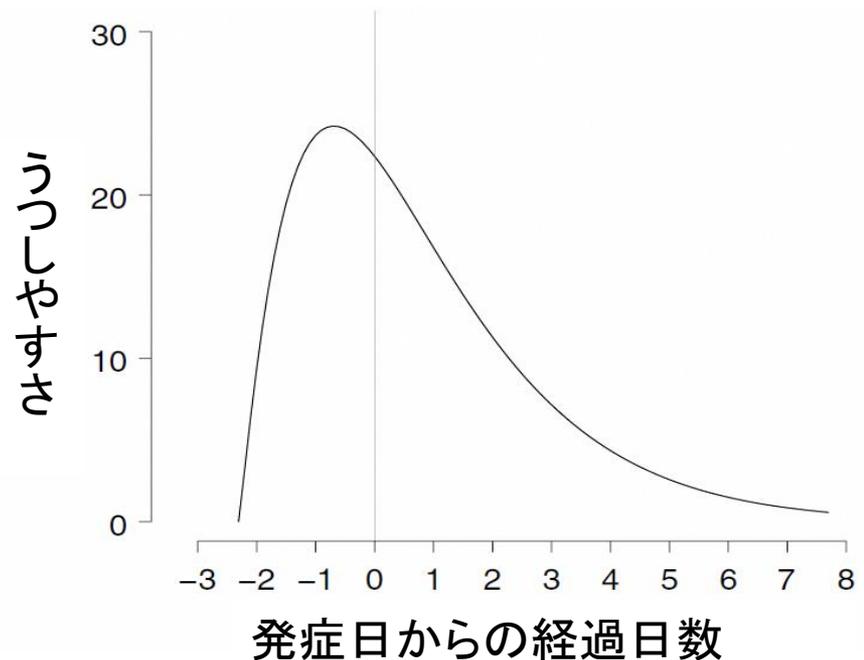
- 家庭中心の生活（ステイ・ホーム）
 - 会食の最大限の抑制
 - 家族など親しい人との少人数の会食に限定
 - 外出は家庭的規模で（接触に留意しつつ）
 - ウォーキング、ハイキング等自然とのふれあい
 - ショッピング（会話に注意しながら） など
- 当県への帰省の抑制
 - もう一年のがまんを



医療のかかり方

前提：ひとに感染させる期間

- 症状がある人の感染させる期間は発症前2日～発症後5日までが大部分





休み中に症状が出た場合の注意

- コロナの症状はかぜ様

咳

咽頭痛

発熱

頭痛

倦怠感

筋肉痛

嗅覚異常・味覚異常

鼻水

- このような症状が出た場合の注意：

人との接触をできるだけ避ける

- 家庭内でもマスクを着用し、手洗い（消毒）を徹底する



救急等の受診の目安

- 軽い症状が持続
 - 受診しないで、5日間前記注意で静養
- コロナの可能性のある、受診すべき症状
 - 咳だけでなく、息苦しい
 - うとうと、様子がおかしいなど意識の障害
- コロナでは恐らくないが、受診すべき症状
 - 39℃以上の熱で、発熱時ふるふる震える
 - 激しい頭痛・腹痛・胸痛など強い身体の痛み



症状がある場合の受診方法

まずは電話で、**かかりつけ医等**又は県コールセンターに相談

TEL 0120-123-801

フリーダイヤル、24時間受付

★ **新型コロナウイルス感染症患者と接触したなど、心当たりがある方**
受診・相談センター（保健所）に相談

保健所名	電話番号	管轄市町村名
東地方保健所	017-739-5421	平内町、今別町、蓬田村、外ヶ浜町
弘前保健所	0172-33-8521	弘前市、黒石市、平川市、西目屋村、藤崎町、大鰐町、田舎館村、板
三戸地方保健所	0178-27-5111	三戸町、五戸町、田子町、南部町、階上町、新郷村、おいらせ町
五所川原保健所	0173-34-2108	五所川原市、つがる市、鱒ヶ沢町、深浦町、鶴田町、中泊町
上十三保健所	0176-22-3510	十和田市、三沢市、野辺地町、七戸町、六戸町、横浜町、東北町、
むつ保健所	0175-31-1891	むつ市、大間町、東通村、風間浦村、佐井村
青森市保健所	017-765-5280	青森市
八戸市保健所	0178-38-0729	八戸市

※聴覚に障がいがある方は、各保健所へFAX相談用紙を送信してください。

詳しくは、県ホームページ「発熱などの症状がある場合の受診方法について」をご覧ください。