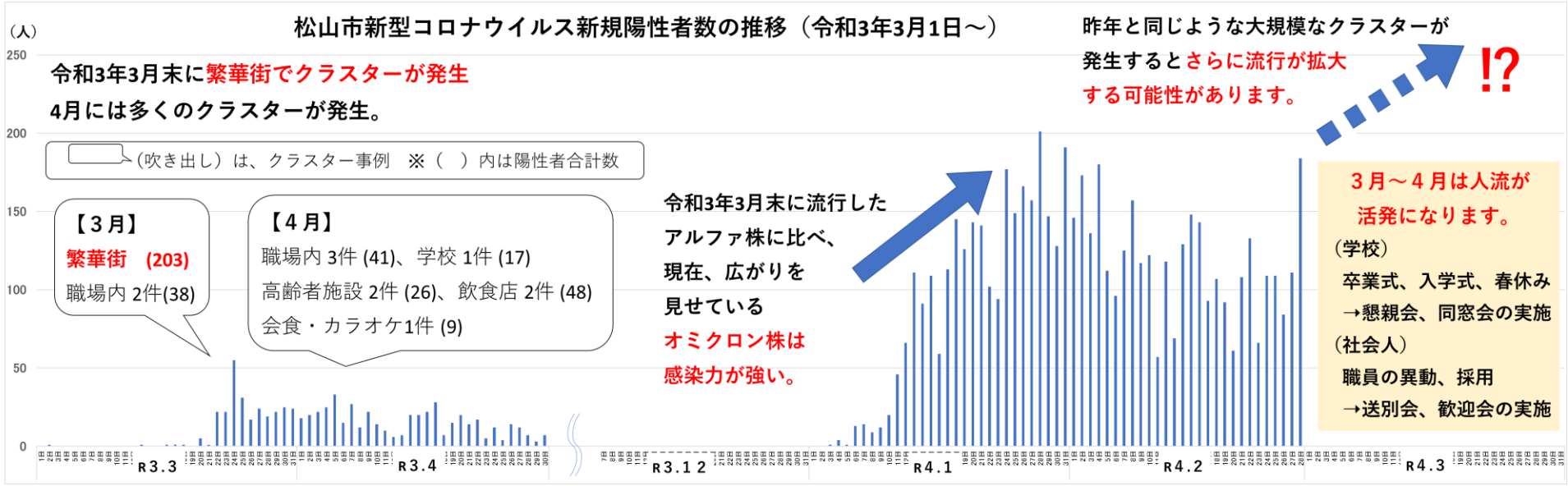
松山市　新型コロナウイルス感染症の 春先のクラスター発生 を防ぎましょう



一人一人の慎重な行動がクラスターの発生を防ぎます。　３つの感染対策 の徹底を

1. 基本的な感染対策

〇マスクの着用
- 人と会う時は必ず着用
- 不織布マスクを選択
- 正しくマスクを装着

〇手指に付いたウイルス除去
- 定期的な手洗い
- 手洗いできない時は
  アルコール消毒

〇換気の実施
- ３０分に１回は実施
- 狭い空間では常に換気
- 換気は２方向を空けて、
  空気の通り道を確保

2. 健康確認と早期受診

〇毎日、健康状態を確認
- 体温測定と症状の確認

<オミクロン株の主症状(多い順)>
発熱、咳、全身倦怠感、
のどの痛み、頭痛、
鼻水・鼻づまり、筋肉痛

〇症状が出たら家で休む
- 登校や出勤などの外出
  を控える
- 人との接触を控える

〇できるだけ早く受診
- かかりつけ医か診療検査
  医療機関を受診

受診相談センター(☎089-909-3483)

3. リスク行動の回避

**〇感染リスクが高まる
５つの場面に注意**
- 飲酒を伴う懇親会等
- 大人数や長時間の飲食
- マスクなしの会話
- 狭い空間での共同生活
- 居場所の切り変わり
  （休憩室、喫煙室など）

**〇普段会わない人との接触
を回避**
- 県外の友人との会食
- ホームパーティ
- 多人数での会合
  （同窓会などのイベント）

早期発見とワクチン接種による免疫力アップ

〇無料検査の活用
- 感染不安のある人
- 体調に不安を感じる人

※有症者は病院を受診してください。
濃厚接触者や感染者の陰性確認
目的での検査は対象外です。

松山市の無料検査
実施場所一覧
(愛媛県ホームページ)

〇3回目のワクチン接種の検討
- 重症化リスクのある人
- 人と接触する機会が多い人
- 集団で生活している人