

上士幌町民のみなさまへ

<新型コロナウイルス感染予防のご協力>

風邪やインフルエンザ対策と同様に感染症予防対策が重要です。

むやみに恐れることはありませんが、以下のことに留意して、お一人お一人が対策を取られるようお願い申し上げます。町内から感染者が出ないようにご協力をお願いします。

- ・不要不急の町外への外出はできるだけ避ける
- ・外出からの帰宅時には、手洗い、うがいを頻回に丁寧におこなう。
- ・外出時にはマスクをする。

■風邪の症状が出たときは

◎学校や会社は休む。

◎鼻水、くしゃみ、発熱、だるさ、頭痛、咳などの症状が出た時には4～5日は自宅で療養し、十分な睡眠、食事、安静と、頸部を冷却する。

◎咳やくしゃみをする際には、マスクの着用かもしくは、ティッシュで口を覆う、衣服の一部で口と鼻をおさえて感染予防する。

※直接病院に行かないで、病院（上士幌クリニック 2-2010 はげあん診療所 2-5678）へ電話で相談してください。（自宅に解熱、鎮痛剤があり、必要なときは服薬指導、処方箋の発行します。）