

奈良県民のみなさまへ

～新型コロナウイルス感染症を防ぐには～

緊急事態宣言の対象地域が全都道府県に拡大されました。
県内でも流行の兆しがあります。感染拡大を防ぐため、広域的な往来の自粛を県民のみなさまに強くお願いします。

△特に、大型連休期間においては、不要不急の帰省や旅行など、都道府県をまたいだ移動を自粛するようお願いします。

うつらない・うつさないの徹底

- 生活の維持に必要な場合を除き*、外出の自粛をお願いします。
*医療機関への通院、食料品・医薬品・生活必需品の買い出し、職場への通勤、健康維持のための散歩などは除きます
- 繁華街の接待等を伴う飲食店など、うつる可能性の高い施設のご利用の自粛をお願いします。
- 症状（発熱、咳、味覚・嗅覚異常等）のある方や、うつされた心配のある方は、外出を控え、自宅待機をお願いします。
- 大都市*への往来自粛をお願いします。
- 県内から大都市*へ通勤されている方は、できる限り在宅勤務をお願いします。
*大都市では感染が急速に拡大しており、大都市からの人の移動等により、クラスターが大都市外の地域でも発生し、感染拡大の傾向が見られます。

日常生活で気を付けること

○手洗い

・帰宅時・調理の前後・食事前など、こまめに手を洗います。

○咳エチケット

くしゃみや咳が出るときは

- ・マスクを着用します。
- ・マスクがない時は、ティッシュなどで鼻と口を覆います。
- ・とっさの時は袖や上着の内側で覆います。
- ・周囲の人からなるべく離れます。



指先と手のひらのしわ



指の間



親指周り



手首



○感染のリスクが高まる「密」をできる限り避けましょう。

ご自身の感染リスクを下げるだけでなく、多くの人々の重症化を食い止め、命を救うことに繋がります。

- 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 ×



最新の情報は、奈良県ホームページでご確認下さい。

(右のQRコードよりアクセス)



新型コロナウイルス感染症に関する 県民向け電話相談窓口について



■ 帰国者・接触者相談センター(新型コロナ受診相談窓口)

次のような方は、こちらに電話相談して下さい。

- 海外渡航歴(特に流行地※)がある方
- 職場や旅行先等の状況で、新型コロナウイルス感染の不安がある方
- 風邪の症状や発熱が4日以上続いている、強いだるさや息苦しさがある方で、まだ医療機関を受診していない方 など

※1「流行地」は以下の地域です

アイスランド、アイルランド、アルバニア、アルメニア、アンドラ、イスラエル、イタリア、イラン、インドネシア、英国、エクアドル、エジプト、エストニア、オーストラリア、オーストリア、オランダ、カナダ、韓国、北マケドニア、キプロス、ギリシャ、クロアチア、コソボ、コンゴ民主共和国、コートジボワール、サンマリノ、シンガポール、スイス、スウェーデン、スペイン、スロバキア、スロベニア、セルビア、タイ、台湾、チェコ、中国(香港及びマカオを含む。)、チリ、ドイツ、ドミニカ国、トルコ、デンマーク、ニュージーランド、ノルウェー、パチカン、パナマ、ハンガリー、パーレーン、フィリピン、フィンランド、フランス、ブラジル、ブルガリア、ブルネイ、米国、ベトナム、ベルギー、ボスニア・ヘルツェゴビナ、ボリビア、ポルトガル、ポーランド、マルタ、マレーシア、モナコ、モルドバ、モロッコ、モンテネグロ、モーリシャス、ラトビア、リトアニア、リヒテンシュタイン、ルクセンブルク及びルーマニア

相談窓口	電話番号	FAX番号	対応時間
奈良県庁	0742-27-1132	0742-22-5510	平日 8:30~21:00 土・日・祝 10:00~16:00

「新型コロナウイルス感染症を疑う要件」に該当される方※2 は、夜間でも保健所での電話対応が可能です。

※2「新型コロナウイルス感染症を疑う要件」とは次のア~エのいずれかです。(現時点での定義であり、今後変更する可能性があります。)

	症状	接触歴など
ア	発熱(37.5℃以上)または呼吸器症状	発症前14日以内に新型コロナウイルス感染症患者と濃厚接触した
イ	発熱(37.5℃以上)かつ呼吸器症状(肺炎を疑わせる)	発症前14日以内に海外渡航歴(特に流行地※1)がある
ウ	発熱(37.5℃以上)かつ呼吸器症状(肺炎を疑わせる)	発症前14日以内に海外渡航歴(特に流行地※1)のあるものと濃厚接触した
エ	渡航歴に関わらず、37.5℃以上の発熱かつ原因不明の肺炎	

■ 相談窓口の電話番号(一般的な相談)

新型コロナウイルス感染症について一般的なご相談は、こちらの窓口にお電話ください。

相談窓口	電話番号	FAX番号	対応時間
奈良県庁	0742-27-8561	0742-22-5510	平日 8:30~17:15 土・日・祝 10:00~16:00
奈良市保健所 (最新の情報は奈良市ホームページでご確認下さい)	0742-95-5888	0742-34-2486	平日 8:30~17:15
	0742-95-5888	0742-34-2321	土・日・祝 10:00~16:00
奈良県郡山保健所	0743-51-0194	0743-52-6095	平日 8:30~17:15
奈良県中和保健所	0744-48-3037	0744-47-2315	平日 8:30~17:15
奈良県吉野保健所	0747-52-0551	0747-52-7259	平日 8:30~17:15
奈良県内吉野保健所	0747-22-3051	0747-25-3623	平日 8:30~17:15

最新の情報は、奈良県ホームページでご確認下さい。

(右のQRコードよりアクセス)

奈良県福祉医療部医療政策局

