

ウイルスに 気(き)をつけながら コロナの前(まえ)のような生活(せいかつ)を また 少(すこ)しずつ 始(はじ)めましょう!

コロナの前(まえ)のような生活(せいかつ)を また 少(すこ)しずつ 始(はじ)めましょう。でも、これからも ウイルスに かからないように 気(き)をつけてください。病院(びょういん)が これ以上(いじょう) いそがしくならないように 協力(きょうりょく)してください。4月(がつ)から 学校(がっこう)や会社(かいしゃ)で あたらしい1年(ねん)が 始(はじ)まります。ウイルスが 広(ひろ)がらないように 気(き)をつけてください。

3月(がつ)13日(にち)から マスクのルールが 変(か)わりました。マスクを したい人(ひと)は してもいいです。マスクを したくない人(ひと)は しなくてもいいです。人(ひと)に おりに マスクを おねがいしたり、マスクを はずすことを おねがいしたり しないでください。ただし、病院(びょういん)や 高齢者施設(こうれいしゃ しせつ)では、その病院(びょういん)や 施設(しせつ)のルールを まもってください。

1 これからも ウイルスが 広(ひろ)がらないように 気(き)をつけてください

- 人(ひと)が多(おお)い場所(ばしょ)に できるだけ 行(い)かないでください。手(て)を 洗(あら)って 消毒(しょうどく)してください。ときどき 部屋(へや)に あたらしい空気(くうき)を 入(い)れてください。必要(ひつよう)なときは マスクを してください。
- 熱(ねつ)が ある人(ひと)、コロナウイルスに かかった人(ひと)、いっしょに 住(す)んでいる家族(かぞく)が ウイルスに かかった人(ひと)は、ウイルスを 広(ひろ)げないために、できるだけ 外(そと)に 行(い)かないでください。病院(びょういん)など 外(そと)に 行(い)かなければならないときは 人(ひと)が 多(おお)い場所(ばしょ)を 通(とお)らないようにしてください。マスクを してください。

2 ウイルスに かかったかもしれないときは、電話(でんわ)してから 病院(びょういん)に 行(い)ってください。

- 熱(ねつ)や咳(せき)が あるとき、のどが 痛(いた)いときは、病院(びょういん)に 行(い)ってください。ウイルスを 広(ひろ)げないために、病院(びょういん)に 行(い)く前(まえ)に、病院(びょういん)や 兵庫県(ひょうごけん)の健康相談(けんこう そうだん)コールセンターに 電話(でんわ)してください。
兵庫県(ひょうごけん)のホームページに「発熱等(はつねつとう)診療・検査(しんりょう・けんさ)医療機関(いりょうきかん)公表(こうひょう)リスト」があります。熱(ねつ)が あるときに、コロナウイルスの検査(けんさ)を してくれる病院(びょういん)が わかります。病院(びょういん)に 行(い)くときは かならず 電話(でんわ)してから 行(い)ってください。
- 病院(びょういん)では、マスクを することなど その病院(びょういん)のルールを 守(まも)ってください。

3 必要(ひつよう)なときは これからも マスクを してください

- ・ 下(した)のようなときは これからも マスクを したほうが いいです。
 - ①病院(びょういん)で 医者(いしゃ)と 話(はな)すとき
 - ②病院(びょういん)や高齢者施設(こうれいしゃ しせつ)などに 行(い)くとき
 - ③朝(あさ)や夕方(ゆうがた)など 人(ひと)が 多(おお)い時間(じかん)に 電車(でんしゃ)やバスに 乗(の)るとき
- ・ 病院(びょういん)や高齢者施設(こうれいしゃ しせつ)で マスクを するルールが あるときは、その病院(びょういん)や施設(しせつ)のルールを まもってください。
- ・ 65歳(さい)以上(いじょう)の人(ひと)、病気(びょうき)がある人(ひと)、おなかに 赤(あか)ちゃんがいる人(ひと)は ウイルスに かかったときに 病気(びょうき)が 重(おも)く なりやすいです。じぶんをまもるために、ウイルスが 広(ひろ)がっているとき 人(ひと)が 多(おお)い場所(ばしょ)では マスクを してください。