

ほっかいどう すんで ひと  
北海道に 住んでいる 人へ

ねん がつ にち  
2020年3月5日

しんがた ころなういるす きんきゅうじたい せんげん **ねが**  
新型 コロナウイルス 緊急事態 宣言 (お願い)

ちから すとっぶ ころなういるす  
〈みんなの 力で STOP! コロナウイルス〉

- ひと せっしょく さ びょうき はっせい すく  
① 人との 接触〈ちかづいたり、さわったり すること〉を避けると、病気の 発生が 少なくなる
- わか ひと さい さい びょうき し かんせん ひろ かのうせい  
② 若い 人 (15才 から 39才まで) が、病気と 知らないで、感染を 広げている 可能性がある  
と せいふ かいぎ い  
と 政府の 会議で 言われています。

がつ にち にち そと で かくにん  
3月7日 と 8日は、外に 出る とき、確認 してください。

- ねつ いた  
1. 熱 や せき、 のど の 痛み が ありますか？
- ひと くうき なが わる  
2. 人が たくさん いたり、空気の 流れが 悪い ところ ですか？
- かんせん りすく さ ほうほう し  
3. 感染の リスクを 下げる 方法を 知っていますか？



とく わか ひと きょうりょく ねが  
◆特に 若い 人の ご協力を、よろしく お願いします。

ほっかいどう ちじ すずき なおみち  
北海道 知事 鈴木 直道

# 1. 熱やせき、のどの痛みがありますか？

○「病気の軽い人が、知らない間に、感染を広げている。  
若い人が感染を広げている可能性がある」と言われています。



◆風邪に似ています。熱やせき、のどの痛みなどがあるときは、  
外に出ないようにしてください。

◆体の熱を測るなど、健康を確認してください。

◆石けんの手洗いや消毒液を使ったりしてください。

せきをするときは、マスクをつけたり、

ティッシュや、腕の内側にしてください。

◆特に若い人のご協力を、よろしくお願いします。



## 2. <sup>ひと</sup>人が <sup>たくさん</sup>いたり、 <sup>くうき</sup>空気の <sup>なが</sup>流れが <sup>わる</sup>悪い <sup>ところ</sup> ですか？

○「<sup>らいぶ</sup>ライブハウスや、<sup>ともだち</sup>友達の <sup>いえ</sup>家での <sup>のおおきな</sup>おおきな <sup>の</sup>飲み会 <sup>かい</sup>など、  
<sup>いえ</sup>家の中、<sup>なか</sup>で、<sup>ひと</sup>人が <sup>ちか</sup>近い <sup>きより</sup>距離で、<sup>あつ</sup>集まって <sup>すごす</sup>すと、  
<sup>かんせん</sup>感染する <sup>かのうせい</sup>可能性が <sup>ある</sup>」と <sup>い</sup>言われています。



- ◆<sup>くうき</sup>空気の <sup>なが</sup>流れが <sup>わる</sup>悪く、<sup>たくさん</sup>たくさんの <sup>ひと</sup>人が <sup>ちか</sup>近くに <sup>いる</sup>いる <sup>ばしょ</sup>場所は、  
<sup>かんせん</sup>感染の <sup>りすく</sup>リスクが <sup>たか</sup>高いです。 <sup>き</sup>気をつけて <sup>ください</sup>ください。
- ◆<sup>いえ</sup>家の <sup>へ</sup>部屋 <sup>など</sup>など、<sup>くうき</sup>空気の <sup>い</sup>入れ <sup>か</sup>替えを <sup>してください</sup>してください。
- ◆<sup>とく</sup>特に <sup>わか</sup>若い <sup>ひと</sup>人の <sup>きょうりょく</sup>ご協力を、<sup>ねが</sup>よろしく <sup>お願いします</sup>お願いします。



# 3. 感染のリスクを下げする方法を 知っていますか？

○「熱やせき、のどの痛みのない人は、家の外での活動、  
人との接触が少ない活動、距離をとった会話は、  
感染のリスクが低い」と言われています。



- ◆話すときは、手を伸ばしても届かない距離をとる。
- ◆買い物は、人が少ない時間に行く。
- ◆散歩やジョギングは、感染のリスクが低いです。
- ◆特に若い人のご協力を、よろしくお願いします。

