

ほっかいどう す ひと
北海道に 住んでいる 人へ

ねん がつ にち
2020年3月12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नावirus 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 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14日と 15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. ^{ひと}人が ^{たくさん}いたり、 ^{くうき}空気の ^{なが}流れが ^{わる}悪い ^{ところ} ですか？

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



◆^{くうき}空気の ^{なが}流れが ^{わる}悪く、^{たくさん}たくさんの ^{ひと}人が ^{ちか}近くに ^{いる}場所 ^{ばしょ}は、
^{かんせん}感染の ^{りすく}リスクが ^{たか}高いです。 ^き気をつけて ^{ください}。

◆^{いえ}家の ^{へや}部屋 など、^{くうき}空気の ^い入れ ^か替えを ^{してください}。

^{ほうこう}2つの ^{まど}方向の ^あ窓を ^あ開けると ^{よい}よいです。

◆^{とく}特に ^{わか}若い ^{ひと}人の ^{きょうりょく}ご協力を、^{ねが}よろしく ^{ねが}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。

つばやせきを飛ばさないようにマスクを付ける。

◆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。

