

# COVID-19に

(新型コロナウイルス感染症とも 言います)

ならないためにすることや、  
他の人に うつさないためにすること



飛沫感染

おしゃべりやくしゃみや咳をするとウイルスが飛びます。そのウイルスが口などから入ります

接触感染

ウイルスがついたものをさわります。そのウイルスが口などから入ります



ここから 色々な 国の 言葉で  
COVID-19の 情報を見ることが できます

※日本語、英語、中国語、韓国語、ポルトガル語  
<https://www.covid19-info.jp/>

## いつもの生活では何をすればいいですか？

コロナウイルスSARS-CoV-2が体の 中に入ると、COVID-19になります。

COVID-19になると 熱や咳などが 出ます。

COVID-19は 飛沫感染や、接触感染でなります。

手と指を洗ってください。マスクをしてください。咳エチケットを守ってください。

3密<部屋の窓やドアが閉まっています。たくさんの人が1つの場所にいます。人と近くで話します。>にならないようにしてください。COVID-19 Contact-Confirming Application(COCOA)というアプリで、COVID-19の人が近くにいたかどうか調べることができます。

ここからダウンロードができます。



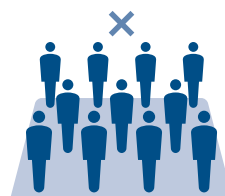
Google Play



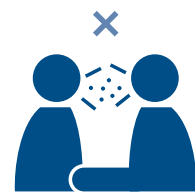
App Store



部屋の窓やドアを開けてください



たくさんの人が1つの場所に集まらないでください



人と近くで話さないでください

風邪かもしれないと思ったときは 学校や会社に行かないでください。

外に出ないでください。毎日体の温度を調べて、温度を紙に書いておいてください。



外に出ないでください



毎日体の温度を調べて、温度を紙に書いておいてください

長い時間 治っていない 病気がある人は、具合が悪くなったときや 心配なとき、いつも行く 病院の 医者に 電話で 相談してください。



いつも行く 病院の 医者に 電話で 相談してください



## COVID-19かもしれないと思ったときは何をしたらいいですか

裏を見てください

ウェブサイトに新しい情報が詳しく書いてあります。見てください。



ひと、くらし、みらいのために  
厚生労働省  
Ministry of Health, Labour and Welfare

厚生労働省

# COVID-19かもしれないと おも 思ったときは なに 何をしたら いいですか



病院や 検査する場所などへ 行く 前に、電話で 相談してください。電話番号など、  
詳しいことは ウェブサイトに 書いてあります。



※ 検査<調べること>が 必要か どうかは 医師が 決めます。

● 下に 書いてある人は すぐに 相談してください。

● 息をするのが とても 大変、  
とても 疲れている、高い 熱がある。

辛いときは 電話で 相談してください。



息をするのが とても大変



とても 疲れている



高い 熱がある

● 次の ①・②・③の人で、風邪かもしれないと 思ったときや COVID-19かもしれないと 思ったとき。

① おじいさん、おばあさん

② 糖尿病、心不全、呼吸器疾患(COPDなど)などで 病院へ 行っている人

③ 透析、免疫抑制剤、抗がん剤など、特別なことを 病院でする人、特別な 薬を 使っている人

● 風邪のような 熱や 咳が 続いている人。

熱や 咳が ひどいときは すぐに 相談してください。

4日以上 続いているときは 必ず 相談してください。

解熱剤<熱を 下げたり、痛みを とる薬>などを 飲み 続けている人も 相談してください。



子ども



お腹に 赤ちゃん  
がいる人

● お腹に 赤ちゃんがいる人や  
子どもがいる人は、  
ウェブサイトも 見てください。



● 診療所<小さい病院>などで 相談することが できるところもあります。

● 役所や 近くの 保健所<健康を あつかう 役所>、検疫所<外国から 来た人や 物の 検査をするところ>  
の人が、あなたに 頼んでいることがあるときは そのとおりにしてください。

## 病院や 検査する場所などへ 行くときは 何を気をつければ いいですか？

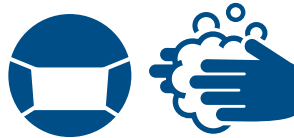
● COVID-19になった人が いくつかの 病院や 検査する場所などへ 行ったため、COVID-19  
になる人が 増えたことがあります。

医師が 他の 病院や 検査する場所などへ 行ってくださいと あなたに 話していないのに、他  
の 病院や 検査する場所などへ 行っては いけません。

● 必ず マスクを つけてください。手と 指を 洗ってください。

咳エチケットを 守ってください。

咳エチケット<マスクを つけます。咳や くしゃみをするときは、ハンカチや  
あなたが 着ている 服の袖、あなたの 肘などで、口と 鼻を おさえてください。>



## わからないとき、 自分の 国の 言葉で 相談 できますか？

相談 できる 言葉と 相談 できない  
言葉が あります。

相談できるところは 住んでいるところ  
によって 違います。ウェブサイト  
を見て ください。

ここから 色々な 国の  
言葉で COVID-19の  
情報を見ることが できます



※ 日本語、英語、中国語、韓国語、ポルトガル語  
<https://www.covid19-info.jp/>