

新型コロナウイルス感染症は5類感染症になりました

2023年5月8日から

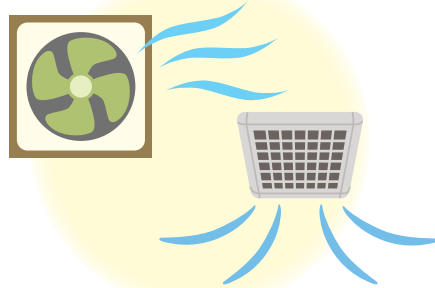
感染対策は**個人・事業者の判断が基本**となります

.....引き続き、以下の対策は有効です

換気



●換気の方法として「**機械換気**(24時間換気システムや換気扇)」または「**自然換気**(窓開け)」があります。



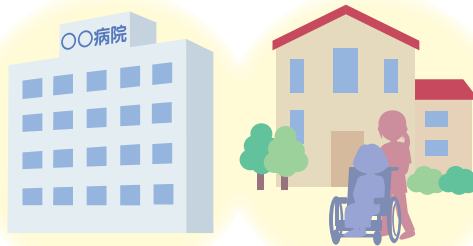
手洗い・
手指消毒



マスク
着用



●**重症化リスクの高い方への感染を防ぐため、**
以下のような場合にはマスクを着用しましょう。



受診時や医療機関・高齢者施設
などを訪問する時



通勤ラッシュ時など
混雑した電車・バスに乗車する時

※事業者の判断でマスク着用を求められる場合があります。

- ◆症状がある場合に外出をする際は、人混みは避け、マスクを着用しましょう。
- ◆事前にコロナ抗原検査キットや解熱剤などの常備薬を準備しておく心安心です。



新型コロナウイルス感染症を含めた「感染防止の5つの基本」について



体調不安や症状がある方は、無理せず自宅で療養あるいは受診する

発熱・下痢・嘔吐・発疹などの症状がある場合は、無理せず自宅で療養、または受診しましょう。高齢者や基礎疾患があるなど、重症化リスクの高い人と会う際には体調により留意しましょう。



その場に応じたマスク着用や咳エチケット*の実施

重症化リスクの高い方への感染を防ぐため、医療機関受診や高齢者施設訪問の際はマスクを着用しましょう。その他の場合は、地域の流行状況、周囲の混雑状況（密集状況）、空間の広さ、時間の長さなどを考慮して判断しましょう。

*咳エチケット「咳・くしゃみをする際に、マスクやティッシュペーパー・ハンカチ、袖などを使って、口や鼻をおさえること」は、感染症の流行にかかわらず有効です。



「換気」と「密集・密接・密閉（三密）」を避ける

多数の方が集まる場合は、換気（空気の入れ替えをすること）と、人との間隔を空ける、すいている時間帯や移動方法の選択、すいた場所の利用などによって、呼吸器感染症の感染リスクを下げられます。



手洗いを日常の生活習慣に

食事前、トイレの後、家に帰った時など、手を流水と石鹸で20～30秒かけて洗いましょう。適切な手指消毒薬の使用も有効です。



適度な運動、食事、睡眠の生活習慣に心がけて免疫力を上げよう

適度な運動、食事、睡眠などを心がけ、特に基礎疾患のある方は、かかりつけ医などのアドバイスを参考に体調管理に留意しましょう。

【参考】「通いの場における感染対策等について」（令和5年5月1日 厚生労働省）

「地域の流行状況」は下記から確認できます。

やまなし感染症ポータルサイト https://www.pref.yamanashi.jp/kansensho_portal/

閲覧方法1：インターネットで「山梨 感染症」と検索する
閲覧方法2：スマートフォンで右の図のQRコードを読み取る



新型コロナウイルス感染症については、流行状況を総合的に判断し、四段階に分けて注意を呼びかけています。
①感染拡大注意報 ②医療ひっ迫注意報 ③医療ひっ迫警報 ④医療ひっ迫特別警報