

# 新型コロナウイルスの感染拡大防止に向け、 府民の皆さまにお願いしたいこと



新型コロナウイルスの感染拡大を防止するためには、府民の皆さま一人ひとりが、「感染しない」「感染させない」ための行動をとっていただくことが重要です。

## ⚠️「3つの密」を避けましょう

①換気の悪い  
密閉空間



②多数が集まる  
密集場所



③間近で会話や  
発声をする  
密接場面



とりわけ、以下の取組みは避けていただくよう、お願いします。

## ⚠️接客を伴う飲食店や夜間の繁華街への外出はお控えください

・専門家の分析において、至近距離での会話など、接客を伴う飲食の場で感染したと疑われる事例が複数確認されています。

## ⚠️できる限り多人数で集まることを避けましょう

・海外からの帰国者との集まりなどから感染拡大につながっている事例が確認されています。  
学生コンパなど多人数で集まることは避けましょう。  
・また、大規模イベントについては引き続き自粛をお願いします。



## ⚠️屋内での大声を出す、息があがる行為を避けましょう

・カラオケなどで大声を出す行為や、スポーツジムなど息があがる運動時に、感染が広がるおそれがあるとの専門家の指摘があります。

**爆発的な感染拡大（オーバーシュート）を避けるための努力を  
府民の皆さままで一丸となっていましょう**

# 新型コロナウイルスを防ぐには

## 新型コロナウイルス感染症とは

**発熱やのどの痛み、咳が長引くこと（1週間前後）が多く、強いだるさ（倦怠感）を訴える方が多いことが特徴**です。

感染しても軽症であったり、治る例も多いですが、季節性インフルエンザと比べ、重症化するリスクが高いと考えられます。重症化すると肺炎となり、死亡例も確認されているので注意しましょう。

特にご高齢の方や基礎疾患のある方は重症化しやすい可能性が考えられます。新型コロナウイルスは飛沫感染と接触感染により感染します。空気感染は起きていないと考えられていますが、閉鎖した空間・近距離での多人数の会話等には注意が必要です。

飛沫感染	感染者の飛沫（くしゃみ、咳、つばなど）と一緒にウイルスが放出され、他の方がそのウイルスを口や鼻などから吸い込んで感染します。
接触感染	感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、その手で周りの物に触れるとウイルスがつきます。他の方がそれを触るとウイルスが手に付着し、その手で口や鼻を触ると粘膜から感染します。

## 日常生活で気を付けること

まずは手洗いが大切です。外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などにこまめに石けんやアルコール消毒液などで手を洗いましょう。

咳などの症状がある方は、咳やくしゃみを手で押さえると、その手で触ったものにウイルスが付着し、ドアノブなどを介して他の方に病気をうつす可能性がありますので、咳エチケットを行ってください。

持病がある方、ご高齢の方は、できるだけ人込みの多い場所を避けるなど、より一層注意してください。

**発熱等の風邪の症状が見られるときは、学校や会社を休んでください。**

発熱等の風邪症状が見られたら、毎日、体温を測定して記録してください。

## こんな方はご注意ください

次の症状がある方は、「新型コロナ受診相談センター（帰国者・接触者相談センター）」にご相談ください。

風邪の症状や37.5℃前後の発熱が4日程度続いている。  
（高齢者・妊婦・基礎疾患がある方は2日程度）

強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある

センターでご相談の結果、新型コロナウイルス感染の疑いのある場合には、専門の「帰国者・接触者外来」をご紹介します。

マスクを着用し、公共交通機関の利用を避けて受診してください。

<新型コロナ受診相談センター（帰国者・接触者相談センター）一覧> ※土日祝を含めた終日つながります

センター名	電話番号	FAX	センター名	電話番号	FAX
大阪府池田保健所	06-7166-9911	06-6944-7579	大阪市保健所	06-6647-0641	06-6647-1029
大阪府茨木保健所			堺市保健所	072-228-0239	072-222-9876
大阪府守口保健所			高槻市保健所	072-661-9335	072-661-1800
大阪府四條畷保健所			東大阪市保健所	072-963-9393	072-960-3809
大阪府藤井寺保健所			豊中市保健所	06-6151-2603	06-6152-7328
大阪府富田林保健所			枚方市健康部	072-841-1326	072-841-2470
大阪府和泉保健所			八尾市保健所	072-994-0668	072-922-4965
大阪府岸和田保健所			寝屋川市保健所	072-829-8455	072-838-1152
大阪府泉佐野保健所			吹田市保健所	06-6339-2225	06-6339-2058

※令和2年4月6日時点

## 一般的なお問い合わせなどはこちら

その他、ご自身の症状に不安がある場合など、一般的なお問い合わせについては、次の窓口にご相談ください。

府民向け相談窓口 電話番号：06-6944-8197 FAX番号：06-6944-7579  
受付時間 9:00～18:00（土日・祝日も実施）