コロナにならないように気を付けましょう

～秋を元気に過ごそう～

秋はイベントが多いので、人が集まる場所へ出かけることが増えます。
自分や友達、家族など（とくに、年齢が高い人や病気が悪くなるリスクがある人）のために
コロナに ならない ように 気を付けましょう。

毎日 気を付けましょう！

毎日、**手を洗う、消毒する、**
部屋の空気を入れ換える

①家に帰った時、②食べる前、
③トイレの後は、手を洗いましょう！

準備しましょう！

コロナになる前に、次のものを
家に準備しましょう！

準備するもの:
- 検査キット (抗原定性検査キット)
- 薬 （熱を下げる薬）
- 毎日の生活で必要なもの
- 保存できる食べ物、飲み物

休みましょう!

熱などの症状がある時は、
治るまで休みましょう。

※病院に行く前に必ず電話してください。病院に行く時はマスクを着けましょう。

秋は朝と夜で、気温が変わりやすい（熱くなったり、
寒くなったりする）ので、健康に気を付けましょう！

北海道
北海道保健福祉部
感染症対策課
一般社団法人 北海道医師会
特定非営利活動法人 北海道病院協会