

もし自分が感染した場合、もしくは感染したと疑いがある場合

まずは人との接触を避けるようにしましょう。

- ・発熱や咳など風邪の症状があるときは、学校や会社を休みましょう。
- ・症状が現れたら、毎日、体温を測定して記録しましょう。

主な症状	・発熱
	・全身倦怠感
	・乾いた咳（せき）
	・呼吸困難
	・頭痛
	・筋肉痛、関節痛
	・嘔吐
	・下痢

次の症状がみられる場合は、相談窓口电话咨询しましょう。

相談の目安	・風邪の症状や 37.5度以上の発熱が4日以上続く
	・強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある

※ 高齢者や基礎疾患等のある方は、上の状態が2日程度続く場合

・厚生労働省の電話相談窓口

0120-565-653

受付時間：午前9：00～午後9：00（土日・祝日も実施）

医療機関を受診する際の注意：

マスクを着用しましょう。手洗いや咳エチケットを徹底しましょう。