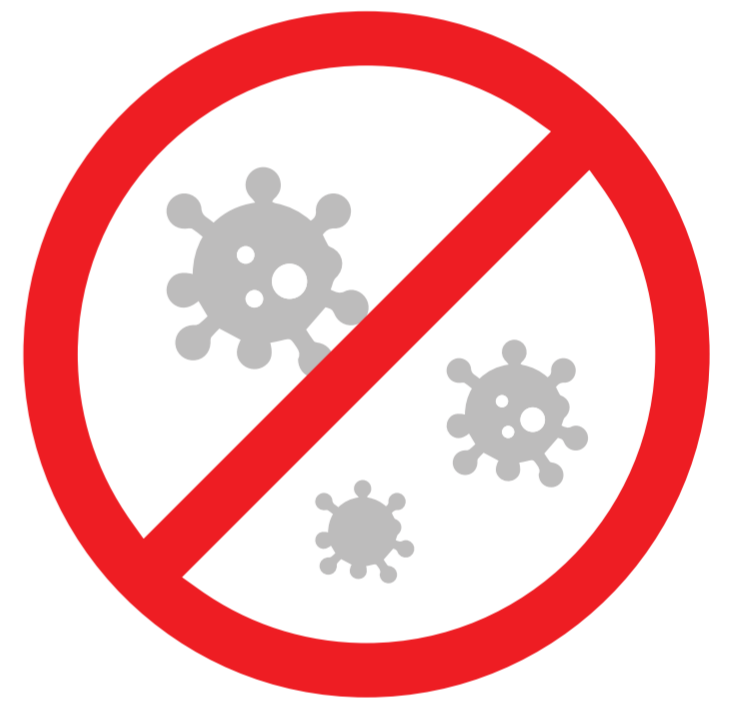


# 新型コロナウイルス 感染症拡大を防ぐために

⚠️青森県からの緊急のお願い

- 県内でも**不要不急の外出を自粛**する
- 都道府県をまたいだ移動を極力控える**  
(特に大型連休期間中は自粛を要請します)
- 感染がまん延する地域から移動してきた方は2週間不要不急の外出を自粛し**  
**毎日検温するなど健康観察をする**

※1 区域は青森県全域とし、期間は青森県が緊急事態措置の対象である間とします  
※2 医療機関への通院、食料・医薬品・生活必需品の買い出し、必要な職場への出勤、屋外での運動や散歩など生活の維持のための行動は、不要不急の外出に該当しません



## 海外から帰国してきた方へのお願い[政府の取扱い]

- 帰国時のPCR検査の結果が陰性の方も含め、**入国から14日間は指定される場所で待機**する

## 感染が疑われる症状が出た場合のお願い

- 医療機関を受診する前に**、まずは保健所に設置している「帰国者・接触者相談センター」に連絡する(同センターが「帰国者・接触者外来」に案内します)

[相談の目安] ※高齢者や基礎疾患等のある方は、以下の状態が2日程度続く場合

- ・海外から帰国し、感染が疑われる症状がある方
- ・風邪の症状や37.5度以上の発熱が4日以上続く方
- ・強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある方

## 相談窓口

[帰国者・接触者相談センター] 感染が疑われる方は、まずはこちらにご連絡ください。

青森市保健所 / 017-765-5280   八戸市保健所 / 0178-43-2291   弘前保健所 / 0172-33-8521   五所川原保健所 / 0173-34-2108  
上十三保健所 / 0176-22-3510   むつ保健所 / 0175-31-1891   東地方保健所 / 017-739-5421   三戸地方保健所 / 0178-27-5111

[コールセンター] 新型コロナウイルス感染症に関する情報や予防方法など、一般的な相談やお問い合わせは、こちらをご利用ください。

**0120-123-801** (フリーダイヤル/土曜・日曜・祝日含めて24時間対応)