

Withコロナにおいて一人ひとりができること

基本的な感染対策



手洗い



効果的な換気



マスクの着用を含む
咳エチケット

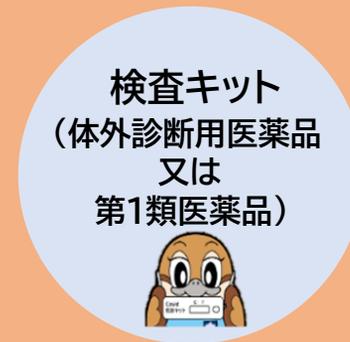
感染対策は個人の判断が基本となりますが、従来の基本的な感染対策は引き続き有効です。

咳などの症状がある場合は、マスクの着用を含む咳エチケット(※)を実施しましょう。

また、健康の保持・増進のために、十分な休養やバランスのとれた食事、適度な運動などを心がけましょう。

(※) 咳などの症状がある場合は、マスクを着用しましょう。詳しくは大阪府ホームページをご確認ください。

準備しておくといもの



発熱などの体調不良時にそなえて、

体温計や薬(常用している薬、解熱鎮痛剤等)、検査キット(体外診断用医薬品又は第1類医薬品)のほか、
食料品などを日頃から準備しておきましょう。

体調に異変を感じたら

医療機関を受診する前に、症状や常備薬を確認し、国が承認した検査キットで検査しましょう。

【コロナ陽性の場合】

・症状が軽い場合は、自宅等で療養を開始しましょう。

【コロナ陰性の場合】

・症状がある場合のマスク着用や、手洗い等の感染対策を継続しましょう。

重症化リスクの高い方(高齢者、基礎疾患を有する方、妊婦など)や、症状が重いなど受診を希望される方は、医療機関に連絡しましょう。

相談窓口等の情報

相談窓口等の情報

・大阪府コロナ府民相談センター

- ・発熱時等の受診相談
- ・陽性判明後の体調急変時の相談
- ・後遺症に関する相談

(政令中核市の受診相談センターについては
府ホームページからご確認ください)

・小児救急支援アプリ

15歳未満のお子様を対象に、
症状から緊急性を判断する
ことができるアプリ



・#7119(救急安心センターおおさか) ・#8000(小児救急電話相談)

すぐ受診すべきか、救急車を呼ぶべきか迷った
ときの相談窓口

夜間の子どもの急病時、病院に
行った方がいいか判断に迷った
ときの相談窓口