



# 冬の感染拡大防止に向けた 留萌管内の皆様へのお願い

年末年始や冬休みが終わり、生活が通常モードに切り替わる中、**道内は引き続き高い感染レベルにあり、季節性インフルエンザも流行入りしている**ため、今一度、基本的な感染防止行動を徹底しましょう。

## 1 基本的な感染防止行動の徹底

- ✓ **混雑する場面**などにおける基本的な感染対策を再徹底（三密回避、手洗い等の手指衛生、適切なマスクの着脱等）
- ✓ **高齢者**や**基礎疾患のある方**、そうした方々と会う方の双方が基本的な感染対策を再徹底
- ✓ 普段と異なる症状がある場合は、**外出・出勤・登校等を控え**、発熱等の症状がある場合は、**自己検査を実施し、陽性者登録センターを活用** 
- ✓ **飲食の際は、大声や長時間の回避、会話の時はマスクを着用**
- ✓ 屋内等では、室内温度に留意し**十分な換気**を実施 
- ✓ 無症状で感染に不安を感じる時は、ワクチン接種の有無にかかわらず検査。特に**高齢者**や**基礎疾患のある方**と接する場合には**事前に検査**

## 2 ワクチン接種を検討しましょう

- ✓ オミクロン株対応ワクチンの速やかな接種を検討
- ✓ 季節性インフルエンザワクチン接種についても検討

## 3 日頃から備えを行いましょう

- ✓ 解熱剤、検査キット、体温計、食料品・日用品の準備