

**次の症状がある方は「帰国者・接触者電話相談センター」にご相談ください。**

- ◆風邪の症状や 37.5℃以上の発熱が 4 日以上続いている
- ◆強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある

※高齢者や基礎疾患のある方はこれらの状態が 2 日程度続く場合が該当します。

上記の疑いがある方で、医療機関を受診する場合は、「帰国者・接触者電話相談センター」から勧められた医療機関を受診してください。



## 【新型コロナ受診相談窓口（帰国者・接触者電話相談センター）】

名称	電話番号	受付時間
東京都西多摩保健所 帰国者・接触者電話相談センター	0428-22-6141(代表)	9時から17時まで(土日祝日を除く)
都・特別区・八王子市・町田市合同 帰国者・接触者電話相談センター	03-5320-4592	17時から翌午前9時(平日) 土日祝日(終日)

## 【新型コロナコールセンター（一般的な相談窓口）】

名称	電話番号	受付時間
厚生労働省	0120-565653(フリーダイヤル)	9時から21時まで(土日祝日含)
新型コロナウイルス感染症 電話相談窓口 (東京都コールセンター)	◆多言語(日本語、英語、中国語、韓国語)相談 0570-550571 ◆聴覚障害の方などからの相談 FAX 03-5388-1396	9時から22時まで (土日祝日含)
東京都西多摩保健所	0428-22-6141(代表)	9時から17時まで(土日祝日を除く)

## 新型コロナウイルスに関する町からのお知らせ

### 公共施設の利用や各種イベントなどの休止情報について

日の出町では、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策として公共施設や各種の事業・イベントなどを休止し、感染防止の取り組みを進めてきました。4月24日現在において、公共施設や各種イベントの多くは緊急事態宣言の期間中である5月6日(水)までの休止としています。5月6日以降も今後の状況等により延長する可能性がありますので、随時、ホームページ、お知らせメール、ツイッター、自治会回覧でお知らせします。また、下のQRコードから休止状況をまとめたページにアクセスいただけます。

### < 5月6日以降実施予定で中止・延期が決定している事業・イベント >

事業名	問合せ	開催判断
緑の募金の受付	農林振興係 内線 245	延期 10月頃を予定
町内環境美化 一斉清掃	環境リサイクル係 内線 334	中止
ひので夏まつり	企画係 内線 312	中止



▲施設等の情報



▲事業・イベント等の情報

### ご家族に新型コロナウイルス感染が疑われる場合 家庭内でご注意いただきたいこと ~8つのポイント~

- ①部屋を分けましょう
- ②感染者のお世話はできるだけ限られた方で
- ③マスクをつけましょう
- ④こまめに手を洗いましょう
- ⑤換気をしましょう
- ⑥手で触れる共有部分を消毒しましょう
- ⑦汚れたリネン、衣服を洗濯しましょう
- ⑧ゴミは密閉して捨てましょう

感染が疑われるご本人は、外出を避けてください。また、ご家族、同居されている方も熱を測るなど、健康観察をし、不要不急の外出は避け、特に咳や発熱などの症状があるときには、職場などに行かないでください。

### コロナウイルスを寄せつけない体づくり のための3つのポイントを紹介します!

- ①運動 外出の機会が減ることで、筋力が落ちることが心配です。自宅でもできる運動を続けましょう!
- ②食事 3食きっちり食べ、バランスの良い食事を心がけましょう!旬の食材の使用は免疫力を高めます!
- ③睡眠 十分な睡眠をとり、規則正しい生活習慣を心がけましょう!

▶右のQRコードでお年寄りスペクト  
隊の体操が見られます!  
動画を見て一緒に体操しましょう!



### + 強いからだをつくる役立ち情報

- 口ケア(はみがき、よく噛む、早口言葉、バタカラ体操)
- 心のリフレッシュ(友だちや家族との電話・手紙・メール、困った時に相談できる人を持つておく)

### 感染が妊娠に与える影響

現時点では、妊娠後期に新型コロナウイルスに感染したとしても、経過や重症度は妊娠していない方と変わらないとされています。胎児のウイルス感染症例が海外で報告されていますが、胎児の異常や死産、流産を起こしやすいという報告はありません。

### 日頃の感染予防

一般的に、妊婦の方が肺炎にかかった場合には、重症化する可能性があります。人混みを避ける、こまめに手を洗うなど日頃の健康管理を徹底してください。

- ①密閉空間、②密集場所、③密接場面、という3つの「密」に重なるような場所を避けてください。



## 妊婦の方へ

### 最新情報は ホームページ、お知らせメール、 ツイッターで発信しています!

スマートフォンのQRコードの読み取り機能で、下のQRコードを読み取っていただくことで、アクセスできます。ご不明な点がございましたら、総務課 広報広報係(内線 306)までお問合せください。



▲町ホームページ



▲ツイッター



▲お知らせメール



日の出町の  
のりちゃん

### お知らせメールの登録方法

- ①左欄の「お知らせメール」のQRコードを読み取ります。(読み取れない方は「t-hinode@sg-m.jp」に空メールを送ってください。その場合は④まで進みます。)
- ②右の画面になりますので、「メールを送信する」を押します。
- ③メール送信画面になりますので、何も変更せずにメールを送信します。
- ④「仮登録完了のお知らせ」というメールが届きますので、メール本文のURLを選択します。
- ⑤次の画面で、利用規約の同意と配信を希望するカテゴリを選択していただき、最後に「入力内容を登録する」ボタンを押します。「ご登録ありがとうございました」と画面が表示されたら登録は完了です。別途、「本登録完了のお知らせ」メールが届きますので、ご確認ください。

#### 空メール送信

- ご利用の登録を行う場合は、以下のリンクよりメールを送信してください。
- 件名、本文はそのままです。ご利用登録の案内メールを折り返しお送り致します。

メールを送信する