

# 基本的な感染防止行動の実践

感染レベルの一層の引下げと医療への負荷の低減のため、引き続き、**基本的な感染防止行動（3つの行動）の実践**と**ワクチン接種の積極的な検討**について、ご協力をお願いします。

## 基本的な感染防止行動（3つの行動）の実践

<p><b>日常生活</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>三密回避、人との距離確保、手指消毒、マスク着用、換気を徹底</b></li> <li>● <b>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防止行動を徹底</b></li> <li>● 混雑している場所や感染リスクの高い場所はできる限り避けて行動。特に重症化リスクの高い方、そうした方々と会う方の双方が慎重に行動</li> <li>● 他の都府県への移動に際しては、基本的な対策を徹底し、移動先での感染リスクの高い行動を控える</li> <li>● 感染した場合に備え、解熱剤や少なくとも3日間程度の食料等を用意</li> <li>● 救急外来及び救急車の利用は、必要な場合に限る</li> </ul>
<p><b>飲食</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>短時間、深酒をせず、大声を出さず、会話の時はマスクを着用。特に大人数や普段会わない方との飲食の際は、より一層徹底</b></li> <li>● 北海道飲食店感染防止対策認証店等を利用し、飲食店等の感染防止対策に協力</li> </ul>
<p><b>検査</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>無症状で感染に不安を感じるときは、ワクチン接種の有無にかかわらず検査</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>有症状で高齢者など重症化リスクが高く、診察を希望する場合は、かかりつけ医または「健康相談センター」に連絡</b></li> <li>● <b>有症状・軽症で重症化リスクが低く、自己検査を希望する場合は、「陽性者登録センター」に連絡</b></li> </ul> </li> <li>● 重症化リスクの高い高齢者や基礎疾患のある方に会う際には、事前に検査を受け、陰性を確認</li> </ul>

## ワクチン接種の積極的な検討

- **接種できる時期が来た際、早期のワクチン接種を積極的に検討**