

かぜの症状（熱、咳など）がでたら

自分や家族が濃厚接触者となったら

・就業や外出を控え、自宅で安静
・体温を測定し、記録（朝昼夜の1日3回）
・牛久市シルバー人材センターへ連絡
平日 8時30分～17時15分 TEL029-871-1468
土日 シルバー事務局職員携帯（シフト表に記載）

濃厚接触とは・・・

- 1.患者と同居あるいは長時間接触
- 2.感染防護なしで接触
- 3.患者のたんやつばに触れた可能性

かぜの症状や 37.5 度以上の発熱が 2 日程度続く

または

強いだるさや息苦しきがある

保健所もしくは県庁の（帰国者・接触者相談センター）へ連絡、指示をあおぐ

竜ヶ崎保健所 平日 9時00分～17時00分

TEL0297-62-2161

（牛久市は、竜ヶ崎保健所管内です）

茨城県庁 平日・土日・祝日 8時30分～22時00分

TEL029-301-3200

牛久市シルバー人材センターへ報告

平日 8時30分～17時15分 TEL029-871-1468

土日祝日 シルバー事務局職員携帯（シフト表に記載）

「帰国者・接触者相談センター」に相談後、医療機関にかかる時のお願い

帰国者・接触者相談センターから受診を勧められた医療機関を受診して下さい。

受診する際は、マスクの着用、手洗い等の徹底をお願いします。