

# 新型コロナウイルスの対応について

新型コロナウイルスの感染者が急増しています。

本人及び同居の家族に、発熱・咽頭痛・倦怠感等のある場合には無理して出勤をせずに、下記のいずれかのとおりに行動してください。

また、会社宛てに必ず電話連絡をお願いいたします。

## ①かかりつけ医等がある場合

電話連絡の上、受診し、PCR検査を受けるなど医師の指示に従ってください。

## ②かかりつけ医等がない場合

各県のコロナウイルス関連のコールセンターに電話をし、指示を受けてください。  
(繋がりにくい場合があります)

※ (群馬県) 受診・相談コールセンター

TEL : 0570-082-820

※ (栃木県) 受診・ワクチン相談センター

TEL : 0570-052-092

## 従業員の皆様へ

### ●感染リスクが高まる行動を控えましょう

- ・飲食を伴う懇親会等
  - ・大人数や長時間におよぶ飲食
  - ・マスクなしでの会話
  - ・カラオケ
- など

### ●マスクを着用しましょう

- ・外出時や屋内でも会話をするときは、症状がなくてもマスクを着けましょう。
- ・人ととの距離をとることができ、換気のよい場所では適宜マスク休憩をとりましょう。

### ●手指を綺麗に保ちましょう

- ・外出先から帰宅したときや食事の前後など、こまめに手洗いやアルコールによる手指消毒をしましょう。
- ・手洗いは30秒程度かけて、水と石けんで丁寧に洗いましょう。
- ・消毒用のアルコールは、15秒ほどかけてしっかりと乾くまで手に擦りこみましょう。

### ●換気をしましょう

- ・空気中に漂うウイルスを減らすために、1時間に1回は換気をしましょう。

### ●3密を回避しましょう。

- ・「密閉」、「密集」、「密接」の場面は回避しましょう。
- ・人ととの距離を取りましょう。

### ●適切な運動や食事を心がけましょう

- ・免疫力を高めるため、十分な休養とバランスの取れた食事を心がけ、適度な運動をしましょう。
- ・早寝早起きを心がけ、規則正しい生活を送りましょう。

### ●健康チェックをしましょう

- ・毎朝、体温測定しましょう。
- ・発熱や風邪の症状があるときは、病院を受診しましょう。

### ●ワクチンの接種をお勧めします

- ・重症化を防ぐためにワクチンは効果的です。できるだけワクチンを接種しましょう。