

～新型コロナウイルス感染症予防のため～

鳥取型「新しい生活様式」を実践！

緊急事態宣言の解除は「終わり」ではなく、新型コロナウイルスとの闘いの第2章の「始まり」です。気を緩めれば感染拡大を起こしかねません。

「新型コロナ克服3カ条」を守って、一人ひとりが感染予防に取り組みましょう。

また、鳥取県の自然や星空を活かして、屋内だけでなく屋外も楽しみ、県内の観光地、お店等、みんなで応援していきましょう！

新型コロナ克服3カ条

あいだがあいだ

1. 人と人 間が愛だ

人と人が約2m離れば、飛沫感染防止で安心！



★こんな工夫も・・・

- ・レジに並ぶときは前後にスペース
- ・テレビ会議やテレワーク、電話もOK
- ・歌や応援は十分な距離をとって
- ・オンライン飲み会や遠隔診療

みつだ と みすだ

2. 三つもの 密だとミスだ

「三つの密」の回避(密閉・密集・密接)

※これまでの集団感染が生じた場の共通点を踏まえると、「三つの密」のある場が感染拡大のリスクが高いと考えられています。



★こんな工夫も・・・

- ・定期的窓をあけるなどこまめに換気(できれば2方向で)
- ・スーパーやジョギング、公園は少人数、空いた時間に
- ・待てる買い物は通販で
- ・筋トレやヨガは自宅で動画を活用
- ・飲食は持ち帰り、宅配も
- ・会話する際は、可能な限り対面を避ける
- ・食事は大皿を避け、料理は個々に

よぼう で よぼう

3. 幸せは 予防で呼ぼう

こまめな手洗いや咳エチケットで、新型コロナウイルス感染症を予防！

※発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモしておきましょう。



★こんな工夫も・・・

- ・トイレのふたを閉めて汚物を流す
- ・ビニール袋で密閉してごみを廃棄
- ・発熱、風邪症状など、無理せず自宅療養 (最寄りの発熱・帰国者・接触者相談センターにご相談ください)
- ・症状がなくても、マスクを着用して会話をするのがエチケット



LINE公式アカウント
鳥取県新型コロナウイルス対策
パーソナルサポート



鳥取県
新型コロナ感染症特設サイト



防災トリアー
Twitter

鳥取県

作成：鳥取県新型コロナウイルス感染症対策本部
(電話 0857-26-7799、7958)

正しい手洗いの方法

正しい手の洗い方

手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう

1



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこずります。

2



手の甲をのぼすようにこずります。

3



指先・爪の間を念入りにこずります。

4



指の間を洗います。

5



親指と手のひらをねじり洗います。

6



手首も忘れずに洗います。

出展：首相官邸ホームページ

(<https://www.kantei.go.jp/jp/headline/kansensho/coronavirus.html>)

発熱・帰国者・接触者相談センター

県内3か所に、相談センターを設置しています。

ご心配な場合などは、最寄りの相談センターにご相談ください。

地区	電話 (24時間対応)	ファクシミリ (平日8:30~17:15)
東部地区 (鳥取市保健所内)	0857-22-5625 (8:30~17:15)	0857-20-3962
	時間外0857-22-8111 (上記の時間以外)	
中部地区 (倉吉保健所内)	0858-23-3135	0858-23-4803
	0858-23-3136	
西部地区 (米子保健所内)	0859-31-0029	0859-34-1392

《対応時間》

電話：24時間対応（土日、祝日を含む）

ファクシミリ：午前8時30分から午後5時15分（土日、祝日を除く）

- ※ センターでご相談の結果、新型コロナウイルス感染の疑いのある場合には、専門の「帰国者・接触者外来」をご紹介します。マスクを着用し、公共交通機関の利用を避けて受診してください。

鳥取県

