

夏休み 健康生活宣言（関西府県市民の皆様へのお願い）

令和5年7月20日

府県市民の皆様の日々の感染対策への取組に感謝いたします。

これから夏休みやお盆の季節を迎えますが、現在新型コロナウイルスの感染が全国的に拡大傾向にあります。

このため、日常における皆さんの**自主的な感染対策の取組が引き続き重要**です。感染対策を行い、この夏を楽しく、健康に過ごしていただくようお願いします。

新型コロナの特徴を踏まえた自主的な感染対策を

- 基本的な感染対策として、**手洗いや手指消毒、効果的な換気、マスクの適切な着用**などが**有効**です。なお、マスク着用の際には、熱中症に十分ご注意ください。
- 帰省・お祭り・レジャー等で**祖父母などの高齢の方と会われる場合や大人数で集まる場合は、感染予防を心がけ、体調を整える**ようにしましょう。
- 発熱などの体調不良時に備え、自己検査キットや解熱鎮痛薬等を備蓄しておきましょう。

重症化リスクの高い方の感染を防ぐ取組を

- 医療機関や高齢者施設**などで**マスク着用**のルールがある場合には、それに従いましょう。
- 高齢者等重症化リスクの高い方は、換気の悪い場所や、混雑した場所、近接した会話を避けていただく**ことが感染予防対策として有効（避けられない場合はマスク着用が有効）です。
- 重症化リスクの高い高齢の方などは、オミクロン株対応2価ワクチンの接種をご検討ください。

適切な受診行動を

- 受診にあたっては、あらかじめかかりつけ医や対応医療機関等に連絡した上で、**適切に受診**しましょう。
- かかりつけ医が無いなど、相談先に迷う場合は、自治体が設置する受診相談センター等をご活用ください。