

COVID-19



感染を防ぐために

COVID-19 の症状



発熱



咳



呼吸困難



重篤な症状

COVID-19 の感染経路



咳、くしゃみ



人に触れたり、握手などの個人的接触



ウイルスが付着した物に触れた手で顔に触わる

自分自身とコミュニティを守るために

- 握手、ハグ、キスの代わりに「シャカ」で挨拶しましょう
- 手洗いは頻繁に、人が触れた可能性のあるものに触れた後にも
- 手洗いは石鹸と水を使い 20 秒以上、アルコール消毒剤はアルコール 60%以上のものを
- 顔に触れない、特に洗っていない手で触れてはいけません
- インフルエンザの予防接種を受けてください

- 体調が悪いときは家から出ず、他の人と接触しないでください
- 症状があり、感染の可能性があると思ったら、かかりつけの医師に連絡してください
- 咳やくしゃみをするときは口と鼻をティッシュや袖で覆い、ティッシュはゴミ箱に捨ててください
- できるだけ人が集まる場所に行かないでください。特に 60 歳以上の方や基礎疾患のある方は注意が必要です

COVID-19 に関する詳しい情報

電話： 2-1-1

テキスト： 877-275-6569

チャット：www.auw211.org

Eメール：info211@auw.org



Get Connected. Get Help.™

Japanese

health.hawaii.gov/covid19

作成：ハワイ州保健局
更新日：2020年3月12日