

# 感染扩大期注意事项

## 致广大市民们

### 1 回避风险

避免「3个密」。不去空气流通不好的房间。不去人多密集的地方。不要和他人近距离接触。尤其是对于感染风险较大的“5个场景”，要特别注意。

### 2 饮食

- 举行忘年会和新年会时，请不要超过4个人且在短时间内完成。
- 即使是很多人一起举行，也要选择有单间、有隔板等对策充分的店。
- 选择店的时候，请确认该店是否有本市的电子学习「结业证」和广岛县的「广岛积极戒备店」的揭示。

### 3 换气和加湿

- 注意要勤给房间通风换气和给予适度的加湿。

### 4 去看医生

- 身体有异常变化时，要首先给您经常就诊的医生打电话咨询。
- 此外，在犹豫要不要找医疗机构商谈时，请咨询

「就诊咨询中心（积极戒备热线）」（084-928-1350，24小时在线）

※不会说日语的人，请拨打以下电话

○广岛国际中心 电话：0120-783-806

周一至周五 8:30~19:00，周六 9:30~18:00，周日与节假日没有电话服务

电话翻译可对应语言：英语，中文，越南语，韩语，他加禄语，葡萄牙语，印度尼西亚语，泰语，西班牙语，尼泊尔语

- 预防感染症，平时的健康管理很重要。
- 为了能早期发现疾病和得到适当的治疗，请按时接受体检。
- 为了避免和流感同时扩散感染，请积极接受预防接种。

## 增加感染风险的“五个场景”

### 场景 1：喝酒等社交聚会

- 受饮酒的影响，情绪高涨的同时注意力也会下降。另外，听觉迟钝，容易导致说话声变大。
- 特别是由屏风隔开的狭小空间里，如果很多人在里面长时间逗留的话，则感染风险会大大增加。
- 此外，杯子或筷子等共用的话会增加感染的风险。



### 场景 2：众多人或是长时间的饮食

- 长时间的饮食，陪客人吃饭喝酒和逐店闹饮等，与短时间的就餐相比，增加了感染的风险。
- 与众多人一起吃饭（如 5 个人以上）因大声说话容易造成飞沫传播，增加了感染的风险。



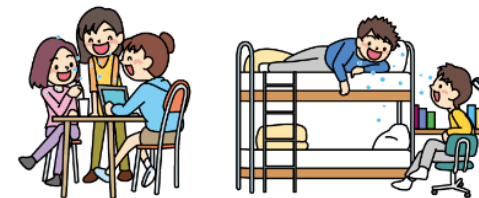
### 场景 3：不戴口罩的面谈

- 不戴口罩近距离交谈，会增加飞沫传染或微飞沫感染的风险。
- 因不戴口罩被感染的例子，已经在白天的卡拉 OK 等地方被确认了。
- 开车或乘巴士移动时，在车上也要注意。



### 场景 4：在狭小的空间里共同生活

- 由于密闭空间被长时间共享，因此在狭小的空间里共同生活会增加感染的风险。
- 已报告有疑似在宿舍和厕所等共用部分感染的事例。



### 场景 5：空间的转换

- 在工作休息时，如果转换空间（呆的地方）的话，会因放松警惕或环境的变化，感染的风险也会增加。
- 已确认有疑似在休息室，吸烟区和更衣室感染的事例。

