

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のために

いま私たち一人ひとりができること

「クラスター」発生を防ぐため、3つの状況が重なる場所や機会を避けてください。ご協力をお願いします。

換気が悪い

密閉空間

人が集まる

密集場所

間近で会話や発声する

密接場面

1. 体調不良の場合は自宅待機

発熱 のどの痛み 咳 倦怠感などがあるときは自宅で健康観察を

2. コールセンター(022-211-3883)に相談

37.5 度以上の発熱が 4 日以上続く 倦怠感や息苦しさ 味覚異常 嗅覚異常が見られたときはコールセンターに相談を

3. 複数の感染症対策を組み合わせる徹底

手洗い・手指消毒 咳エチケット 混雑回避 適度な換気の徹底を

4. 不要不急の外出を避け 不急の出張・旅行 行事・イベント等は中止・延期

行動自粛が必要 感染を徹底的に回避する対策が不可欠

5. 不正確な情報から誤解・差別を生まない行動を

感染症に関する事実と正確な情報を共有しましょう

東北大学

What we can do to prevent COVID-19 infections from spreading

To prevent occurrence of clusters, avoid places/situations where one or more of the “Three Cs” are present:

Closed spaces with poor ventilation.

Crowded places with many people nearby.

Close-contact settings such as close-range conversations

1. Stay home if you feel unwell.

If you have a fever, sore throat, cough, or feel fatigued, please stay at home and monitor your health.

2. Consult a Call Center(022-211-3883).

If you have a fever of 37.5 degrees or above for 4 or more days in a row, feel fatigued, or suddenly lose your senses of smell or taste, please contact the call center.

3. Observe multiple infection prevention measures thoroughly.

Observe prevention measures such as hand-washing, using hand sanitizer, covering your mouth when coughing, avoiding crowded places, keeping rooms ventilated.

4. Refrain from non-essential outings; cancel or postpone unnecessary business/private trips and events.

Self-restraint is needed. Avoiding infection completely is crucial.

5. Prevent misunderstanding and discrimination arising from inaccurate information.

Check your facts and information before sharing.

为防控新型冠状病毒性肺炎传染范围扩大

请大家务必做到以下几点

为防止聚众感染，请远离以下三类场所

通风不良

密闭空间

人群聚集

密集场所

近距离交谈

密切接触

1. 感到身体不适时，请居家隔离休息

身体出现发烧 咽喉痛 咳嗽 身体疲倦时，请居家自我监控身体状况

2. 请与热线咨询中心（022-211-3883）联系

连续四天 37.5° C 以上发烧 疲倦或呼吸困难 味觉异常
嗅觉异常等情况出现时请立即联系热线咨询中心

3. 认真做好多种预防感染的组合措施

勤洗手·手指勤消毒 注意咳嗽礼仪 避开聚众场所 室内
勤换气

4. 避免外出，中止或延期不必要的出差、旅行和集体活动

自我约束是从根本上避免感染的关键

5. 避免因信谣传谣而产生的误解与歧视

请大家共享正确、真实的新冠疫情影响信息

东北大学