

# 【新型コロナ】田子町民の皆様へ 7つのお願い ~ 全国的に感染者が急増しています ~

## 〈警戒体制期間〉令和3年2月7日（日）まで

**1** 特定都道府県への  
**不要不急の往来は**  
**控えてください。**



**【対象地域】**  
東京都・埼玉県・千葉県・神奈川県  
栃木県・岐阜県・愛知県・京都府・大阪府・兵庫県・福岡県

〈不要不急の往来に該当しないもの〉  
○仕事等のために移動  
○大学受験・就職試験・試験等のための移動  
○冠婚葬祭 など



**4** 感染者が多数発生している地域から、  
移動してきた方は、  
2週間は下記の慎重な行動をとってください。

体調と行動履歴の  
記入をしておく



人との接触を  
最小限に  
とどめる



**6** 感染リスクの高い  
飲食を伴う会合等は、  
控えてください。



**2** 1以外でも感染者  
が多数発生している地域  
への**移動**については、慎  
重に判断してください。



**3** 1・2の地域に移動しな  
ければならない方は、12月10  
日に全戸配布した  
**「帰省・移動の  
チェックシート」**  
を活用してください。



**5** 体調が悪い時は  
かかりつけ医や県のコールセンター  
に**まず電話**をしてください。



※県コールセンター ☎0120-123-801  
(24時間受付・土日祝日を含む)

※新型コロナ患者と接触した方は、直接三戸地方保健所に  
電話をしましょう。☎0178-27-5111

**7** 今まで以上に、  
**基本的な感染対策  
を徹底**してください。

- ★三密の回避
- ★距離の確保
- ★こまめな換気
- ★正しいマスクの着用
- ★正しい手洗い・手指消毒 等




【サンプル】

# 行動履歴記録表 ※万が一のために、帰省したご家族等の行動履歴の記入などにご活用下さい。

行動記録は、「どこで」「だれと」「何をした」のか記入しましょう。

氏名

曜日 日付	例 12/0	月曜日 ( / )	火曜日 ( / )	水曜日 ( / )	木曜日 ( / )	金曜日 ( / )	土曜日 ( / )	日曜日 ( / )
体温(朝)	36.5							
体温(夜)	36.7							
自覚症状 具体的な症状	なし・ <b>あり</b> 鼻水	なし・あり						
マスクの着用 (外出時・不特定多数の 人との接触時)	なし・ <b>あり</b>	なし・あり						
06:00~07:00								
07:00~08:00	出社							
08:00~09:00								
09:00~10:00								
10:00~11:00								
11:00~12:00								
12:00~13:00	〇〇さんとガーリック センターで昼食							
13:00~14:00	↑ 〇〇さんと							
14:00~15:00	出張							
15:00~16:00	↓ ( 八戸の〇〇 )							
16:00~17:00	三戸のローソンに立ち 寄りコーヒー購入							
17:00~18:00	退社							
18:00~19:00	三戸ユニバースで 1人で買い物							
19:00~20:00	帰宅							
20:00~21:00								
21:00~22:00								
22:00~23:00								
23:00~00:00								
00:00~01:00								
備考								

※この用紙は、せせらぎの郷にございますので、必要な方は連絡をお願いいたします。