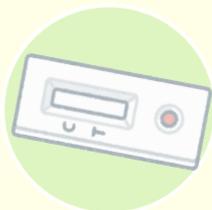


# 体調が悪いときはどうすれば良いの...?

感染拡大や医療ひっ迫を防ぐため、セルフケアや感染予防対策にご協力をお願いします。

## まずはキットでチェック!

発熱やのどの痛みなど、  
体調がいつもと違ったら、  
新型コロナの抗原定性検査  
キットで確認しましょう。



### 陽性の場合

症状が軽ければ、  
ご自宅で安静にすること  
をおすすめします。

### 陰性の場合

症状がある場合、  
マスクの着用や手洗い等の  
感染対策を継続しましょう。

## 受診される方は、医療機関へ事前に連絡

院内感染を防止するため、受診する場合は事前に連絡してください。  
また、高齢の方や、基礎疾患をお持ちの方を守るためにも、受診する際は、  
マスクを着用しましょう。



### ① 外来対応医療機関（発熱外来）の検索マップ（北海道庁作成）

・かかりつけ医が無く、受診先がわからないなどの場合にご活用ください。

※受診の際には医療費が発生します。

※町内医療機関では無症状の方の検査はできません。

## 救急医療を守るためにご協力をお願いします

検査や結果証明のみを目的とした受診や、治癒証明を求めることは、  
お控えください。



### ① 全国版救急受診アプリ (Q助)

・救急車を呼んだほうが良いの？  
・病院へ受診したほうが良いの？  
など、判断に迷ったときのサポート  
としてご活用ください。



### ② こどもの救急

(公益社団法人 日本小児科学会)

お子さんの受診に関する判断の目  
安を提供しています。

北海道小児救急電話相談 #8000で  
も相談可能です。(毎日19時～翌8時)

## 電話相談窓口はこちら

「症状が辛い」「対応に悩む」場合は、こちらにお電話ください。



北海道新型コロナウイルス感染症 健康相談センター  
0120-501-507 (24時間)

札幌市、函館市、旭川市、小樽市にお住まいの方は異なります。各市ホームページ等でご確認ください。