

今号の主な内容▶2面：新型コロナウイルス感染症関連情報／3面：自宅で健康体操／6面：児童育成手当の新規申請を受け付け／7面：国勢調査員（二次）募集

# 自分や大切な人を守るために

新型コロナウイルス感染症の感染防止にご協力を

いのちを守る  
STAY HOME週間

4月25日～5月6日

4月7日に緊急事態宣言が発出され、東京都を含む7都府県が緊急事態措置の対象区域となり、4月16日には全国に拡大されました。

市民の皆さまには、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため不要不急の外出を控えるとともに、冷静な対応をお願いしているところです。

感染経路の不明な感染者も多く、誰もが感染するリスク、誰でも感染させるリスクがあります。

自分や大切な人を守るため、大型連休前に日常生活を見直しましょう。

感染症の予防策の徹底を引き続きお願いします。

## 人との接触を8割減らす 10のポイント

1 ビデオ通話で オンライン 帰省	2 スーパーは 1人または 少人数で すいている 時間に
3 ジョギング は少人数で 公園はすいた 時間、場所を 選ぶ	4 待てる買い物 は通販で
5 飲み会は オンラインで	6 診療は 遠隔診療 定期受診は 間隔を調整
7 筋トレやヨガ は自宅で動画 を活用	8 飲食は 持ち帰り、 宅配も
9 仕事は 在宅勤務 通勤は医療・インフ ラ・物流など社会 機能維持のために	10 会話は マスクを つけて

### 新型コロナウイルス感染症の最新情報について

市ホームページでは、新型コロナウイルス感染症に伴う事業中止・延期のお知らせ、公共施設等の休館情報、各種相談窓口の案内、国や東京都などからの最新情報を、随時更新しています。

スマートフォンからご覧になる場合は、トップ画面「緊急速報」の「新型コロナウイルス感染症関連情報はこちら」をクリックしてください。



市ホームページ  
(新型コロナウイルス関連情報)

### 新型コロナウイルス感染症の市内患者発生状況について

東京都は、これまで新型コロナウイルス関連患者の居住地を「都内」に統一して公表していましたが、現状を踏まえ、都民により一層注意していただくため「区市町村」まで公表することとしました。

これを受けて、清瀬市でも、東京都が公表した市内の発生事例を市ホームページで公表しています。なお、東京都の方針を踏まえ、患者のプライバシーの保護に十分配慮する必要があることから、事例の詳細をお伝えすることは差し控えていただきます。

なお、濃厚接触者の調査と健康観察は東京都において適切に実施しております。

## 新型コロナウイルス感染症に関する問い合わせ先

### 東京都緊急事態措置等・感染拡大防止協力金相談センター

新型コロナウイルス感染症の感染拡大に備える改正特別措置法に定める要請・指示等の措置に対する都民の方や事業者の方の疑問・不安に加え、感染拡大防止協力金制度に関する質問等に対応します。

☎ 03-5388-0567

▶午前9時～午後7時（土・日曜日、祝日含む）

### 新型コロナウイルス感染症に関する一般的な相談窓口（東京都コロナコールセンター）

感染の予防に関することや、心配な症状が出た時の対応など。

☎ 0570-550571

▶午前9時～午後10時（土・日曜日、祝日含む）

▶多言語（日本語、英語、中国語、韓国語）による相談

### 聴覚障害のある方などからの相談

FAX 03-5388-1396

### 新型コロナ受診相談窓口

次の症状があり、新型コロナウイルス感染症を疑われる方は、同相談窓口にご相談ください。

◆風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている（解熱剤を飲み続けなければならないときを含みます）。

◆強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある。

※高齢者や基礎疾患等のある方は、上記の状態が2日程度続く場合

### 【多摩小平保健所】

☎ 042-450-3111

▶平日午前9時～午後5時

### 【都・特別区・八王子市・町田市合同電話相談センター】

☎ 03-5320-4592

▶平日午後5時～翌午前9時と土・日曜日、祝日の終日

電話番号のかけ間違いが多く発生しています。  
おかけになる前に電話番号の確認をお願いします。