

# 新型コロナウイルス感染症には、 基本的な感染予防対策が有効です。



## こまめに手を洗う

帰宅時や調理の前後、食事前などに  
せっけんを使って洗いましょう。  
アルコール消毒も有効です。



## 咳がでる人は、 マスクを着ける

自分の咳やくしゃみの飛沫で他の人に  
感染させないために、マスクやハンカチ  
を使って、口や鼻をおさえましょう。



## よく眠り、 バランスよく食べる

体力が低下すると感染しやすくなり、  
また、感染した時に症状が重くなって  
しまうことがあります。

横浜市新型コロナウイルス感染症コールセンターを開設しました。

受付時間  
9:00～21:00  
(土日祝日を含む)

# 045-550-5530

横浜市 新型コロナ

横浜市健康福祉局  
健康安全課

