

必要な医療ケアを受けて下さい

COVID-19 は依然として地域社会に蔓延していますが、あなた自身および他者を保護する対策を講じる限り安全に医療ケアを受けることができます。今は、ニューヨーク市(NYC)が機能停止していたために遅らせていたケアを受ける良い機会です。

医療ケアを受けることは安全です。

- 診療所および病院は患者およびスタッフの安全を守るための手段を講じています。これらの手段は状況により異なり、膨大な予約数、順番が来るまで施設外で待機、フェースカバー着用が必要、全患者に対する COVID-19 の症状のスクリーニング等が含まれる場合があります。
- ほとんどの診療所は予約を受け付けており、あなたまたはあなたの子供を診察することができます。
- 対面での診察が必要でない場合は電話またはビデオ会議を使用する場合があります。

症状を無視しないで下さい。

- COVID-19 に関連しているかどうかに関わらず、新しい症状が見られた場合はケアを受けるようにします。
- 呼吸困難、発話困難、胸痛または胸部圧迫感、顔、腕または足のしびれ等の緊医療的緊急事態が発生した場合は **911** に電話をして下さい。

健康診断および予防接種を定期的に受けて下さい。

- 大人：血圧、血糖値および体重を監視するために毎年健康診断を受けて癌や他の状態を出来るだけ早期に発見し、また予防接種を定期的に受けるようにします。
- 子供：医師の診断および予防接種を受けることを徹底します。
- 全員：インフルエンザ予防接種を 9 月初旬に受けるようにします。
- 予防接種を受けることができる場所については以下を参照して下さい。

慢性疾患に対処して下さい。

- 糖尿病、肥満、心臓病、肺病等、COVID-19 が重症化するリスクに晒す健康状態に対する医療を定期的に受け、また薬剤の補充を行います。

COVID-19 の症状が見られる場合は連絡して下さい。

- 軽度または中度の COVID-19 の症状が見られる場合または症状が悪化した場合はヘルスケアプロバイダーに連絡します。COVID-19 の症状に関する詳細は nyc.gov/health/coronavirus にアクセスして「Symptoms and What to Do When Sick」（症状および病気になった時に行うべきこと）を参照して下さい。

ヘルスケアは誰でも受けることができます。

- 在留資格や支払い能力に関わらず、誰でもケアを受けることができます。
- NYC Health + Hospitals ヘルスケア施設において誰でも無料または低コストの医療ケアを受けることができます。
- 低コストの健康保険は「NY State of Health」を通して加入することができます。詳細は 855-355-5777 または **311** に電話をして下さい。
- ヘルスケアプロバイダーが必要な場合は 844-692-4692 または **311** に電話をして下さい。
- 2歳までの子供に対する無料の予防接種は NYC Health + Hospitals で受けることができます。予約するには 844-692-4692 に電話をして下さい。
- 子供および大人への予防接種を提供するニューヨーク市内の他の場所を見つけるには「NYC Health Map」（ニューヨーク市健康マップ）で検索するかまたは **311** に電話をして下さい。多くの薬局（チェーン店および独立店）もまた予防接種を提供しています。詳細は最寄りの薬局に電話をして下さい。
- 無料の COVID-19 検査はニューヨーク市内各所で受けることができます。最寄りの検査場所については nyc.gov/covidtesting にアクセスして下さい。

各自がやるべきことを実行して下さい。

- プロバイダーを訪問する時や診療所または病院内にいる時はフェースカバーを着用します。
- 健康状態をチェックし、COVID-19 の症状が見られる場合は事前にプロバイダーに伝えます。

ニューヨーク市保健局は状況の変化によって推奨事項を変更する場合があります。

7.8.20