

毎日の健康チェック

病気の主な症状	すべきこと
発熱 (38度以上)	これらの症状のうち1つ以上当てはまる場合： 自宅待機をしてください。医療機関に連絡をするか、8-1-1に電話をかけ、症状を説明し、次のステップに進んでください。
悪寒	
咳	
呼吸困難	
嗅覚・味覚障害	
その他の症状	すべきこと
のどの痛み	1つの症状に当てはまる場合： 体調がよくなるまで、自宅待機しましょう。
食欲不振	
頭痛	2つ以上の症状に当てはまる場合： 24時間は自宅待機しましょう。症状が改善しない、あるいは、悪化した場合、医療機関に連絡するか、8-1-1に電話をかけ、症状を説明し、次のステップに進んでください。
体の痛み	
極度の疲労や倦怠感	
吐き気・嘔吐	
下痢	
海外旅行	すべきこと
過去14日間にカナダ国外の旅行から戻りましたか？	これに当てはまる場合： カナダ国外を旅行した完全にワクチン接種が終わっている学生、職員およびその他の成人は、 完全ワクチン接種の旅行者免除 の対象となる場合があります。 完全にワクチン接種 が終わっておらず、カナダ国外に旅行した学生、職員およびその他の成人は、 連邦条件 として、 カナダ到着から14日間は学校に参加することはできません。
濃厚接触者	すべきこと
あなたは公衆衛生局からCOVID-19に感染していると確認された人と密接な接触があったという連絡を受けましたか？	これに当てはまる場合： カナダ公衆衛生局からの指示に従ってください。

[幼稚園児から高校生向け健康チェック](#)または、[BC 自己評価ツール](#)であなたの症状を確認してください。

病気の症状について質問がある場合、8-1-1に電話してください。息苦しさ（呼吸困難や一語文で話す）や胸の痛みといった重度の症状がある場合、9-1-1に電話するか、最寄りの救急外来に行ってください。

COVID-19に関する詳細についてえあ、[BC 州疾病管理センターのウェブサイト](#)を確認してください。