



주지사의 명령에 따른 코로나바이러스감염증-19 자가격리 대상자 생활수칙

2020년 3월 26일 이후 하와이 주에 도착할 경우 14일 동안 자가 격리 해주시기 바랍니다.

자가격리 생활수칙

감염 전파 방지를 위해 격리 장소 외에 외출 금지.

독립된 공간에서 혼자 생활하기:

- 직장, 학교, 쇼핑 센터, 보육 또는 지역 명소와 같은 공공 장소 출입금지
- 음식 및 기타 필수품 주문시 정문 또는 룸서비스로 배달하기, 직접 접촉 금지
- 방문자 집안 출입금지—일반적으로 귀하와 함께 사는 사람들 만이 출입 가능
- 수영장, 스파, 체육관, 식당 또는 바와 같은 공용 시설 사용 금지
- 개인 베란다 (파티오)가 있거나 개인 주택에서 거주하는 경우, 개인 마당이 또는 베란다 사용 가능

가족 또는 동거인 주변에 있어야 할 경우

귀하는 건강하고 함께 사는 가족 또는 동거인은 3월 26일 이후 하와이 주에 도착하지 않았다면 자가 격리 할 필요 없습니다. 그러나 증상이 나타나고 코로나바이러스감염증-19가 의심되는 경우, 그들은 접촉자로 간주되고 자가 격리 필요한 대상으로 선정됩니다.

증상 모니터링

호흡기증상 등 감염 증상이 나타나는지 스스로 건강상태 확인.

의심증상이 나타날 경우?

하와이에 도착한 날로부터 14일 이내에 증상이 나타나면 의료 공급자에게 긴급 평가를 요청하십시오. 응급 상황이 발생할시 911에 전화하여 여행 기록을 알려주십시오.

자가격리 생활수칙

격리 기간 동안 경험하는 스트레스와 지루함을 최소화하는 몇 가지 방법은 다음과 같습니다:

- 전화, 화상 통화 또는 기타 수단을 통해 가족 및 친구와 연락을 유지합니다
- 가능하면 식사 및 운동과 같은 일상적인 일상 생활을 유지합니다
- 가능하고 원하는 경우, 회사측에서 격리 기간 동안 원격으로 작업하도록 요구합니다
- 자녀 학교에 문의하여 과제 또는 숙제를 제공하도록 요구합니다
- 정신 건강 지원이 필요할 경우, 하와이 위기 라인 전화하시길 바랍니다 (24/7) 1-800-753-6879
- 격리 또는 코로나바이러스감염증-19에 대한 문의사항 있을시 211로 전화 가능하며

hawaiicovid19.com 링크 접속 가능합니다

커뮤니티로 돌아 가는 경우

자가 격리 중 증상이 나타나지 않고 14일 격리를 완료 한 사람들은 일상 활동으로 돌아갈 수 있습니다. 다른 주의 여행자는 14일의 격리기간이 끝나기 전에 집으로 직접 돌아갈 수 있습니다.