

# 県民の皆さまへのお願い（5/15）

## 緊急事態宣言の解除後も必要な取り組み

- 1 不要不急の他県との往来自粛**（観光などによる県外からの来高を含む）（5月31日まで）
- 2 県内の店舗で営業を行う際の、適切な感染防止策の実施**
- 3 適切な感染防止策が講じられていない「繁華街の接待を伴う飲食店」、  
「カラオケボックス」、「ライブハウス」への出入りを控える**
- 4 一定規模のイベント等の開催・参加の自粛**  
10人以上のイベント等自粛：5月20日まで      50人以上のイベント等自粛：5月31日まで
- 5 「新しい生活様式」等の実践**
- 6 在宅勤務（テレワーク）や時差出勤等の推進**

## 県立学校

### ・原則、5月25日から再開の方針

※各学校からの申し出に基づき、個別に協議の上、一部前倒しで再開

## 県内店舗の皆さまへのお願い

- ◆ これまで感染防止対策にご協力いただき、深く感謝いたします。
- ◆ 県内の店舗において営業を行う際は、以下の①～④全ての感染対策を講じていただくようお願いいたします。（特に、①において来店者のマスク着用を必須とするのは、来店者と従業員の健康を守るためです。）
  - ① 来店者全員（注1）と従業員全員がマスクを着用してください。（注2）  
（布マスク等着用でも可）
  - ② 来店者全員・従業員全員が手洗い又は手指消毒を行ってください。  
（店舗入口に消毒液を設置すること等）
  - ③ 従業員・来店者・客席間の距離を1メートル以上保ってください。  
（1メートル以上の距離を保てない場合は透明なビニール等で仕切るなどの工夫を行ってください。）
  - ④ 可能な限りの換気と適時の室内消毒を行ってください。

（注1） 飲食時にマスクを外すことになる飲食店等については、以下の3要件を全て満たすようにしてください。

- （ア）店内にいる時間を短時間にすること
- （イ）家族又は小規模なグループでの会食に限定すること
- （ウ）大きな声での会話をしないこと

（注2） マスクを着用するにあたっては、耳の不自由な方が困らないよう、筆談などの配慮をお願いします。

# 「新しい生活様式」の実践例①

## (1) 一人ひとりの基本的感染対策

感染防止の3つの基本：①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い

- 人との間隔は、できるだけ2m（最低1m）空ける。
- 遊びにいくなら屋内より屋外を選ぶ。
- 会話をする際は、可能な限り真正面を避ける。
- 外出時、屋内にいるときや会話をするときは、症状がなくてもマスクを着用
- 家に帰ったらまず手や顔を洗う。できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
- 手洗いは30秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗う（手指消毒薬の使用も可）

※ 高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

## 移動に関する感染対策

- 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
- 帰省や旅行はひかえめに。出張はやむを得ない場合に。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。
- 地域の感染状況に注意する。

## (2) 日常生活を営む上での基本的生活様式

- まめに手洗い・手指消毒
- 咳エチケットの徹底
- こまめに換気
- 身体的距離の確保
- 「3密」の回避（密集、密接、密閉）
- 毎朝で体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養



# 「新しい生活様式」の実践例②

## (3) 日常生活の各場面別の生活様式

### 買い物

- 通販も利用
- 1人または少人数ですいた時間に
- 電子決済の利用
- 計画をたてて素早く済ます
- サンプルなど展示品への接触は控えめに
- レジに並ぶときは、前後にスペース

### 娯楽、スポーツ等

- 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- 筋トレやヨガは自宅で動画を活用
- ジョギングは少人数で
- すれ違うときは距離をとるマナー
- 予約制を利用してゆったりと
- 狭い部屋での長居は無用
- 歌や応援は、十分な距離かオンライン

### 公共交通機関の利用

- 会話は控えめに
- 混んでいる時間帯は避けて
- 徒歩や自転車利用も併用する

### 食事

- 持ち帰りや出前、デリバリーも
- 屋外空間で気持ちよく
- 大皿は避けて、料理は個々に
- 対面ではなく横並びで座ろう
- 料理に集中、おしゃべりは控えめに
- お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避けて

### 冠婚葬祭などの親族行事

- 多人数での会食は避けて
- 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

## (4) 働き方の新しいスタイル

- テレワークやローテーション勤務
- 時差通勤でゆったりと
- オフィスはひろびろと
- 会議はオンライン
- 名刺交換はオンライン
- 対面での打合せは換気とマスク

※ 業種ごとの感染拡大予防ガイドラインは、関係団体が別途作成予定

# 人との接触を8割減らす、10のポイント

緊急事態宣言の中、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。  
新型コロナウイルス感染症から、あなたと身近な人の命を守れるよう、日常生活を見直してみましよう。

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



3つの密を  
避けましょう

1. 換気の悪い密閉空間
2. 多数が集まる密集場所
3. 間近で会話や発声をする密接場面

手洗い・  
咳エチケット・  
換気や、健康管理

も、同様に重要です。