

福島県新型コロナウイルス 感染拡大防止対策

(令和2年7月30日改定)

福島県

1. 区域

福島県全域

2. 期間

令和2年8月1日(土)から令和2年8月31日(月)まで

3. 実施内容

(1)「新しい生活様式」の定着等に向けた協力依頼

ア 日々の暮らしの感染対策

- ・「換気の悪い密閉空間」、「大勢いる密集場所」、「間近で会話する密接場面」の「3つの密」を徹底的に回避すること。
- ・外出時や屋内でも会話をするとき、人との間隔が十分にとれない場合は、マスクを着用すること。ただし、熱中症には十分注意すること。
- ・まめに手洗いや手指を消毒すること。
- ・人と人との距離を確保（できるだけ2 m、最低1 m）すること。
- ・接触確認アプリを活用すること。
- ・発熱または風邪の症状がある場合は無理せず自宅で療養すること。
- ・体調に異常を感じたときは「帰国者・接触者相談センター」に相談すること。

イ 職場における感染対策

- ・時差出勤や在宅勤務（テレワーク）、ローテーション勤務、テレビ会議などの取組を推進すること。

ウ 移動に関する感染対策

- ・発熱等の症状がある場合は、都道府県をまたぐ移動や外出を控えること。
- ・県外との往来は、移動先（地域）の感染状況を十分に確認し、3密となるような場所には近づかない、感染防止対策が徹底されていない施設等を利用しない、マスク着用等の感染防止対策を徹底するなど、細心の注意を払った上で、より一層慎重に行動すること。
- ・感染者の大幅な増加が見られるような感染リスクの高い地域に移動しようとする場合は、その必要性を慎重に判断するとともに、そうした地域から御家族が帰省する場合等には、接触確認アプリの活用や移動後2週間の行動歴の記録など、感染拡大のリスクを最小限にするための協力を依頼。

(2) 施設に対する協力依頼

- ア 全国においてクラスターの発生がみられることから、全ての事業者や業界団体において、業種ごとに策定される感染拡大予防ガイドラインや「施設に応じた感染拡大を予防するための工夫（例）」等に基づく、感染防止対策の徹底を依頼。
- イ 接触確認アプリのダウンロードを従業員や利用者に促すこと。
- ウ 県のHPで作成することができる「新しい生活様式実践ポスター」を活用すること。

(3) イベント等に関する協力依頼

- ア 屋内、屋外ともに5,000人以下の参加人数とすること。
- イ 「業種別ガイドライン」に基づき、基本的な感染防止策を徹底すること。
- ウ イベントの主催者等は、参加者の名簿を作成して連絡先等を把握しておくこと。
また、参加者に接触確認アプリの活用を促すこと。
- エ 入場時等に検温を実施し、発熱等の症状がある者はイベントの参加を控えてもらうようにすること。その際の払い戻し措置等を規定しておくこと。
- オ 全国的な移動を伴うイベントまたはイベント参加者が1,000人を超えるようなイベントの開催を予定する場合には、施設管理者またはイベント主催者は、開催要件等について県に事前相談すること。

【イベント等の開催可否の判断】

- ・屋内にあっては収容定員の半分 程度以内の参加人数にすること。
- ・屋外にあっては人と人との距離を十分に確保できること（できるだけ2 m）。
- ・収容率については、必ずしも屋内・屋外のみで区別されるものではなく、屋外であっても、座席等により参加者の位置が固定され、かつ収容定員の定めがある場合には、収容定員の半分程度以内という基準を用いることとする。また、屋内であっても、座席等により参加者の位置が固定されず、又は収容定員の定めがない場合には、人と人との距離を十分に確保という基準を用いることとする。

【祭り等の行事の開催について】

- ・全国的または広域的な人の移動が見込まれるものや参加者の把握が困難なものについては、引き続き、中止を含めて慎重に検討すること。
- ・地域で行われる盆踊り等、全国的または広域的な人の移動が見込まれない行事であって参加者がおおよそ把握できるものについては人数制限を設けないが、適切な感染防止策（例えば、発熱や感冒症状がある者の参加自粛、三密回避、十分な間隔の確保（1 m）、行事の前後における三密の生ずる交流の自粛、手指の消毒、マスクの着用等）を講じること。

(4) 感染拡大の傾向がみられた場合の対応

今後、感染拡大の兆候やクラスターの発生があった場合は、国と連携して特措法第24条第9項に基づく措置を含め、次により対応する。

ア 外出の自粛等

- ・外出の自粛に関して速やかに県民に対して必要な協力の要請等を行う。

イ イベント等の開催

- ・催物の無観客化、中止または延期等を含めて、速やかに主催者に対して必要な協力の要請等を行う。

ウ 施設の使用制限等

- ・施設の使用制限等を含めて、速やかに施設管理者等に対して必要な協力の要請等を行う。

「新しい生活様式」の実践例

(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。
 - 会話をする際は、可能な限り真正面を避ける。
 - 外出時や屋内でも会話をするとき、人との間隔が十分とれない場合は、症状がなくてもマスクを着用する。ただし、夏場は、熱中症に十分注意する。
 - 家に帰ったらまず手や顔を洗う。
人混みの多い場所に行った後は、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。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。接触確認アプリの活用も。
- 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（エアコン併用で室温を28℃以下に） 身体的距離の確保
- 「3密」の回避（密集、密接、密閉）
- 一人ひとりの健康状態に応じた運動や食事、禁煙等、適切な生活習慣の理解・実行
- 毎朝の体温測定、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



密集回避



密接回避



密閉回避



換気



咳エチケット



手洗い

(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、十分に人との間隔を
もしく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

イベント等への参加

- 接触確認アプリの活用を
- 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

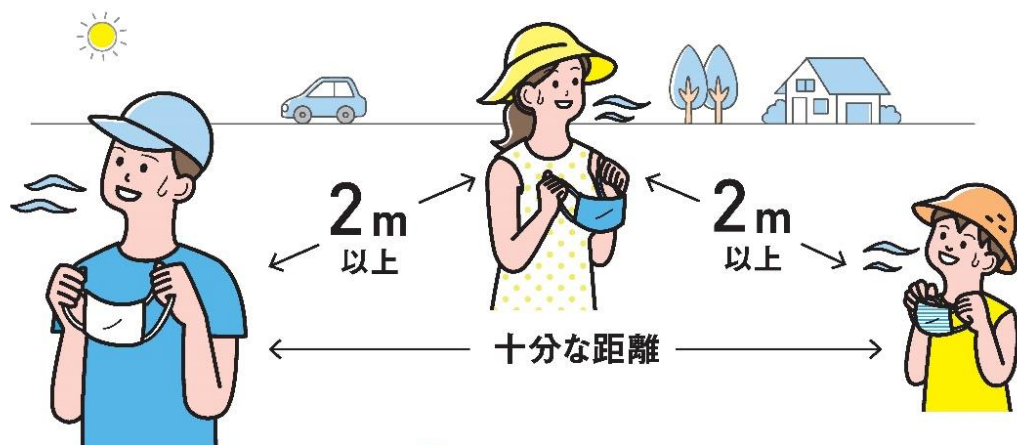
- テレワークやローテーション勤務
- 時差通勤でゆったりと
- オフィスはひろびろと
- 会議はオンライン
- 対面での打合せは換気とマスク

※ 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



熱中症を防ぐために マスクをはずしましょう

ウイルス
感染対策は
忘れずに!



屋外で
人と**2m以上**
(十分な距離)
離れている時

..... (マスク着用時は)



激しい運動は避けましょう

のどが渇いていなくても
こまめに水分補給をしましょう



気温・湿度が高い時は
特に注意しましょう



暑さを避けましょう

- ・涼しい服装、日傘や帽子
- ・少しでも体調が悪くなったら、涼しい場所へ移動
- ・涼しい室内に入れなければ、外でも日陰へ



のどが潤いていなくても こまめに水分補給をしましょう

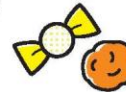


・1日あたり
1.2L(1.2リットル)を目安に



1時間ごとに
コップ1杯

ペットボトル
500mL 2.5本



・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに



エアコン使用中も こまめに換気をしましょう

(エアコンを止める必要はありません)

注意

一般的な家庭用エアコンは、室内の空気を循環させるだけで、換気は行っていません

- ・窓とドアなど2か所を開ける
- ・扇風機や換気扇を併用する



- ・換気後は、エアコンの温度をこまめに再設定



暑さに備えた体づくりと 日頃から体調管理をしましょう

- ・暑さに備え、暑くなり始めの時期から、無理のない範囲で適度に運動(「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度)



水分補給は忘れずに!

- ・毎朝など、定時の体温測定と健康チェック
- ・体調が悪い時は、無理せず自宅で静養

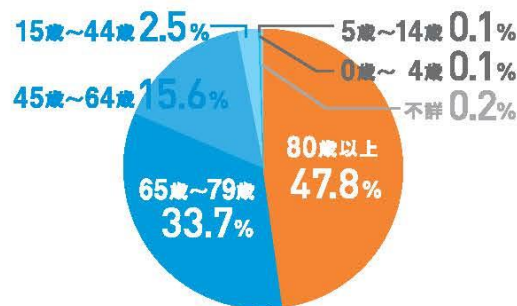
知っておきたい 熱中症に関する大切なこと



熱中症による死亡者の数は
真夏日(30℃)から増加
35℃を超える日は特に注意!

運動は原則中止。外出はなるべく避け、
涼しい室内に移動してください。

■年齢別／熱中症死亡者の割合

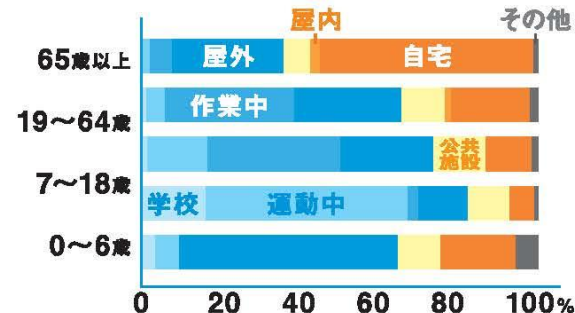


出典：「熱中症による死亡数 人口動態統計2018年」厚生労働省

熱中症による死亡者の
約8割が高齢者

約半数が80歳以上ですが、
若い世代も注意が必要です。

■年齢・発生場所別／熱中症患者の発生割合



出典：「救急搬送データから見る熱中症患者の増加」国立環境研究所 2009年

高齢者の熱中症は
半数以上が自宅で発生

高齢者は自宅を涼しく、若い世代は屋外
での作業中、運動中に注意が必要です。

高齢者、子ども、障害者の方々は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。
周囲の方からも積極的な声かけをお願いします。

施設に応じた感染拡大を予防するための工夫(例)

	屋外		屋内						
	運動施設 (屋外)	公園	映画館 公会堂 演芸場等	物品販売業 (スーパー等)	博物館 美術館 図書館	理美容 ほか 対人サービス 業	学校 学習塾	公共交通	飲食店
密接	ロッカー、シャワー等 屋内共用施設使用制限		入場人数の制限・ 滞在時間の制限			滞在時間の 制限	小人数で 滞在 時間の制限	乗車人数制 限・時差通 勤	入場人数の制 限・滞在 時間 の制限
密集	接触 スポーツの 制限	密の注意喚 起掲示	四方を 空けた 席配置	レジ等で間隔 を空ける (床に印をつ ける等)	四方を空け た席配置・ 展示配置の 工夫	四方を 空けた 席配置	四方を 空けた 席配置	座席間隔に 留意	座席間隔に 留意・真正 面は避ける
密閉	—		頻繁な換気 (窓開け、扇風機)						テラス席 2方向換気
衛生 対策 その他	マスク着用								
	—		対面する場でのビニールカーテン等設置・対面機会を避ける						
	スポーツ後の 飲み会等は 控える	—	入場時手指衛生				こまめな 手洗い	—	入場時 手指衛生
	共用物品・設備の消毒 (ディスポの利用も)、キャッシュレス								
	—		(滞在時間が長い場合) 入場時体調チェック					—	
従業員の衛生対策・3密対策、休憩や食事の分散									

「緊急事態措置の維持及び緩和等に関して」 (令和2年5月4日付け内閣官房新型コロナウイルス感染症対策推進室長事務連絡) を参考に作成