

新型コロナウイルス感染症予防 「新しい生活様式」を取り入れましょう!

新型コロナウイルス感染症の流行が長丁場になることを見据えて、日常生活に「新しい生活様式」を取り入れ、感染症と向き合いながら生活をする必要があります。

今後の感染拡大を防ぐための「新しい生活様式」をご紹介します。自らを感染から守るだけでなく、大切な家族、友人など、周囲への感染拡大を予防するため、まず今できることから始めましょう。

1 一人ひとりの基本的感染対策

感染症防止のために、次の3つの基本を守りましょう。

①人との間隔は、できるだけ**2m (最低 1m) 空ける。**



②症状がなくても**マスクを着用**する。



③**手洗い**を丁寧に。30秒程度かけて水と石けんで洗う。



このほかにも、感染が流行している地域への移動を控えたり、発症したときのために自分の行動をメモしておきましょう。

2 日常生活を送るうえでの基本的な生活様式

日常生活で気を付けるポイントは次のとおりです。



手洗い
手指消毒



咳
エチケット



換気



密集回避



密接回避



密閉回避

3 日常生活の各場面別の生活様式

買い物



通販も利用



電子決済を利用



レジ等は
前後にスペース

食事



持ち帰りや
出前を利用



屋外空間で
気持ちよく



大皿を避けて
料理は個々に

娯楽



公園はすいた
場所・時間に



ジョギングは
少人数



歌や応援は
オンライン

公共交通機関の利用



混んでいる時間帯は
避ける



徒歩や自転車利用も
併用する

4 働き方の新しいスタイル

在宅勤務や交代勤務、オンライン会議、時差通勤など、業種ごとに策定する感染拡大防止予防ガイドラインをもとに実践しましょう。



▼家電量販店社員等を装ってキャッシュカードを騙し取る手口が増加しています