

新型コロナウイルス感染症  
拡大阻止に向けた  
**「三重県緊急事態措置」** ver. 2  
～三重を守るために～

令和2年5月5日

三重県

## はじめに

4月16日に政府から全国に「緊急事態宣言」が発出され、20日に“新型コロナウイルス感染症拡大阻止に向けた「三重県緊急事態措置」～5つのお願い～”を実施してから二週間余りが経過しました。

県民の皆様、事業者の皆様には、感染防止対策の徹底や休業要請等にご協力いただき、心から感謝申し上げます。また、新型コロナウイルスの影響が長く続いており、感染リスクと隣り合わせの中、常に高い緊張感を持ち、自身の健康や睡眠、家族との大切な時間などを顧みずに感染症対策の最前線でご尽力いただいている医療従事者の方々には、心の底から敬意を表するとともに、深く感謝いたします。

皆様のご協力のおかげで、本県の「緊急事態措置」後の新型コロナウイルスの新規感染者数は減少傾向にあります。しかしながら、全国の状況を見ますと、3月末頃から増加傾向にあった新規患者数は、4月下旬から減少傾向ではあるものの、一日あたりの新たな感染者は200人程度発生していることから、依然として予断を許さない状況が続いております。

5月1日、政府の専門家会議において「新規感染者数は減少に転じつつある」としながらも、「徹底した行動制限を続けなければならない」との意見が出されました。このような状況を受け、5月4日に開催された政府の新型コロナウイルス感染症対策本部にて、本県をはじめ全国の都道府県が引き続き緊急事態宣言の対象となる“基本的対処方針”が決定されました。

今回改正された基本的対処方針では、効果的なクラスター対策等により新規患者発生を抑制しながら、「感染拡大を予防する新しい生活様式」を一人ひとりが身に付けていくことで、感染拡大の防止と社会経済活動の維持の両立が持続的に可能となるとされております。

このような基本的対処方針の趣旨をふまえ、三重県の緊急事態措置の実施期間を、5月31日まで延長することといたしました。

# “新型コロナウイルス感染症拡大阻止に向けた 「三重県緊急事態措置」” ver.2

～三重を守るために～

**措置実施期間：令和2年5月7日（木）**

**～同年5月31日（日）**

**対象区域：三重県全域**

なお、県内における感染者の感染経路の9割以上が県外に由来するものであることや、新規感染者発生が減少傾向にあり、令和2年4月25日から5月4日までの間、新規感染者の発生が見られないこと、また、今回の国の基本的対処方針の中で三重県が、「特に重点的に感染拡大の防止に向けた取組を進めていく必要がある都道府県（特定警戒都道府県）」とは見なされなかったことなどをふまえ、県内における人の移動と、県境をまたいだ人の移動を分けて検討し、ある程度緩和する部分と、緊張感を強める部分を設けることとしました。

新型コロナウイルスは、いつ、どこで、誰が感染するかわからない未知のウイルスであり、私を含め、世界中の誰もが、今日にも自身や大切な人が感染するかもしれません。自分だけは大丈夫、その考えが、ご自身や大切な人の“命と健康”を脅かすことにつながります。

苦しい期間が続きますが、厳しい冬を乗り越えた山々に木々が芽吹くように、この困難を乗り越えた先には、必ず明るく美しい三重県が始まります。どうかそれまでの戦いを、ともに乗り越えていただきますよう、切に願います。

令和2年5月5日  
三重県知事 鈴木 英敬

## 目 次

1	感染防止対策徹底のお願い	1
	(1) 外出自粛の徹底	1
	(2) 県外の方へのお願い	3
	(3) 衛生管理と体調管理の徹底	3
	(4) 三つの『密』の回避、人との距離の確保	3
	(5) 「新しい生活様式」の実践と、「人との接触を8割減らす、10のポイント」	4
2	企業等へのお願い	5
	(1) 感染防止対策の徹底	5
	(2) 県外からの訪問客への訪問自粛依頼のお願い、県外への出張等の自粛	5
	(3) 在宅勤務等の積極的な活用	6
	(4) 休暇等への配慮	6
3	イベント開催自粛のお願い	7
4	事実に基づく冷静な対応のお願い	8
	(1) 人権への配慮等	8
	(2) 根拠が不明な情報に基づく行動の自粛	9
5	休業要請等へのご協力のお願い	10
6	緊急事態措置強化の判断のためのモニタリング指標	12
	<b>【別添】参考資料</b>	
	「新しい生活様式」の実践例	13
	人との接触を8割減らす、10のポイント	14

## 1 感染防止対策徹底のお願い

皆様ご自身、そして大切な家族や友人の“命と健康”を守るためには、まずは、感染予防を行ったうえで、“持ち込まないこと”、“広げないこと”が大切です。

新型コロナウイルスは、誰もが、いつ、どこで感染するかわからないことから、

- (1) 外出自粛の徹底
- (2) 県外の方へのお願い
- (3) 衛生管理と体調管理の徹底
- (4) 三つの『密』の回避、人との距離の確保
- (5) 「新しい生活様式」の実践と、  
「人との接触を8割減らす、10のポイント」

にご理解・ご協力をお願いします。

### (1) 外出自粛の徹底

#### i) 県境を越える移動の自粛

4月末時点において、県内における感染者の新規発生頻度には一定の減少が見られる<sup>1</sup>ものの、県内における感染者の感染経路の9割以上が県外に由来しており<sup>2</sup>、県外、特に都市部における新規感染者発生は、減少に転じながらも継続しているところです。

このような県内外の状況や、今回、全国の「緊急事態宣言」の期間が延長された趣旨に鑑み、県境を越える移動は県内での感染拡大のリスクを高めると考えられることから、生活の維持に必要な場合<sup>3</sup>を除き自粛をお願いします。

特に、週末（休日）において、観光やレジャー等を目的とした移動はしないよう、強くお願いいたします。

また、県内から県外に通勤されている方については、オンライン会議等のツールの活用や、在宅勤務により仕事ができないかを検討していただくようお願いいたします。

---

<sup>1</sup> 4月13日～19日：19件、20日～26日：9件、27日～5月3日：0件。

<sup>2</sup> 4月30日時点で、県内発生患者45名のうち県外に由来する感染は42名（93.3%）。

<sup>3</sup> 生活の維持に必要な場合：医療機関への通院、食料・医薬品・生活必需品の買い出し、生活必需サービス（散髪やクリーニングなど）を受けるための外出、必要な職場への出勤、屋外での運動や散歩等をさします。

## ii) 県内における移動の自粛

県内における現状に鑑み、県内における外出については、感染拡大を招くおそれがある場合を除き、移動の自粛要請は行いません。

なお、クラスター発生の抑制などの観点から、後に記載する「遊興施設等」への外出の自粛や「三つの『密』」の回避、人との距離の確保等については、これまで同様、十分に注意してください。

また、感染拡大防止には接触機会の低減が有効です。県内であっても外出をされる場合には、今その外出の必要があるか、必要であっても、より人が少ない時間帯に出かけられないかを、一度立ち止まって考えてください。

買い物や公園での散歩等の際などには、可能であれば少人数で、混雑時を避け、人と人との距離を適切に取るよう心掛けてください。

## iii) 遊興施設等への外出の自粛

「三つの『密』」が濃厚な形で重なる場所であり、クラスター<sup>4</sup>が発生しやすいことから、バーやナイトクラブなど、夜間から早朝にかけて営業している接待を伴う飲食店や、カラオケ、ライブハウスなどの遊興施設等への外出を控えていただくことについても、改めて県民の皆様にも、強くお願いします。

## iv) 海外への渡航の自粛等

海外におけるまん延状況や空港等での接触による感染拡大の可能性を考慮し、海外への渡航はお控え頂くようお願いいたします。

また、個人旅行や仕事等で既に海外に滞在されている方については、緊急事態措置の期間中は可能な限り海外に滞在していただくようお願いするとともに、生活の維持のためやむを得ず帰国される場合であっても、海外からの帰国時には、自主的に率先して空港検疫所の健康相談室にご相談いただきますようお願いいたします。企業等におかれても、出張等で海外に滞在させている職員に対しては、帰国延期などの対応についてご配慮をお願いいたします。

---

<sup>4</sup> クラスター：患者間の関連が認められた集団をさします。

## (2) 県外の方へのお願い

県外の皆様におかれましても、緊急事態措置の実施による外出自粛の徹底の趣旨をふまえ、生活の維持に必要な場合を除く三重県への移動（観光やレジャー、帰省などを目的とした移動）の自粛をお願いします。

また、県外に家族や友人がみえる県民の皆様におかれましては、三重県への帰省や訪問を控えるよう呼びかけをお願いします。

## (3) 衛生管理と体調管理の徹底

コロナウイルスの一般的な感染経路の中心は、飛沫感染と接触感染であり、新型コロナウイルスについても同様であると考えられています。このため、咳エチケットや石けんによる手洗い、手指消毒用アルコールによる消毒などの基本的な感染予防を徹底していただくとともに、十分な睡眠など体調管理を行ってください。

## (4) 三つの『密』の回避、人との距離の確保

一人の方から多くの人に感染を拡大させるおそれがあることから、換気が悪く、人が密に集まって過ごすような空間である、「三つの『密』」（密閉空間・密集場所・密接場面）を避けていただくとともに、人と人との一定の距離（2メートル程度。以下「ソーシャル・ディスタンス」）を保つよう努めてください。

なお、飲食店等については、社会生活を維持する上で必要な施設となりますが、感染が多数確認されている地域等において、クラスターが発生していることなどをふまえ、「三つの『密』」の回避、ソーシャル・ディスタンスの確保などについて、特にご配慮をお願いします。

(5) 「新しい生活様式」の実践と、

「人との接触を8割減らす、10のポイント」

政府専門家会議から、『新しい生活様式』の実践例」が示されています。

新型コロナウイルス感染症との戦いは、「長丁場を覚悟しなければならない」との見方も示されています。感染拡大を防止しながら日常生活や社会経済活動を維持していくためには、「人との間隔は、できるだけ2m（最低1m）あける」、「会話を  
する際は、可能な限り真正面を避ける」、「買い物は、1人または少人数ですいている時間に」など、一人ひとりが行動を少しずつ見直し、感染症に強い生活様式を身に付けていく必要があります。

全文は「【別添】参考資料」でご確認いただき、積極的に生活に取り入れてください。

また、「人との接触を8割減らす、10のポイント」も示されておりますので、参考にしてください。



## 2 企業等へのお願い

皆様の大切な仲間の“命と健康”を守るため、

- (1) 感染防止対策の徹底
- (2) 県外からの訪問客への訪問自粛依頼のお願い、  
県外への出張等の自粛
- (3) 在宅勤務等の積極的な活用
- (4) 休暇等への配慮

に、ご理解・ご協力をお願いします。

### (1) 感染防止対策の徹底

企業等において、咳エチケットや手洗いなどの徹底、「三つの『密』」の回避、ソーシャル・ディスタンスの確保など、感染防止対策の徹底をお願いします。

特に、商店等においては、生活必需品の購入のために多くの人が集まる場合があります。生活維持のため営業される施設であっても、多くの入客数が見込まれる施設におかれましては、

- ・ 入場制限、一方通行の誘導
  - ・ 入店時や会計を待つ際におけるソーシャル・ディスタンスの確保
  - ・ 人が触りやすい扉や共用部の定期的な消毒、入店前後における手指衛生等の徹底、会話の距離の確保、パーティションの設置
- などの、感染防止対策の徹底についてご協力をお願いいたします。

### (2) 県外からの訪問客への訪問自粛依頼のお願い、 県外への出張等の自粛

4月末時点で、県内における感染者の感染経路の9割以上が県外に由来するものであることをふまえ、県外からの訪問客には訪問自粛を依頼していただくよう、強くお願いいたします。

出張や会議、面談、面接等で県外の方を招かれることは控えていただき、必要な場合であっても、オンライン会議等のツールを積極的に活用することで、県内外を問わず三つの『密』の回避、接触機会の低減に努めてください。

出張等により県外を訪問されることも控えていただき、オンライン会議等のツールの活用に努めてください。やむを得ず県外を訪問される場合には、訪問中は徹底した感染防止対策と接触機会の低減を心掛けていただくとともに、帰宅後も、2週間は不要不急の外出を自粛し、特に基礎疾患のある方やご高齢の方との接触は、ご家族であっても控えるようにしてください。また、その間は毎日体温を計測し、少しでも体調がすぐれない場合は自宅療養するなど、体調管理に努めてください。

### (3) 在宅勤務等の積極的な活用

職場への出勤は、生活の維持に必要な移動ではあるものの、通勤時や職場において感染のおそれがあることから、企業の皆様におかれましては、在宅勤務（テレワーク）を積極的に導入いただきますよう強くお願いします。

職場に出勤が必要な場合であっても、時差出勤や自動車（自転車）通勤にご配慮いただき、極力、人との接触機会の低減が図られるよう、ご協力をお願いします。

また、学校関係の皆様におかれましては、人との接触機会の一層の低減と学習機会の確保の両立に向け、オンライン学習など自宅で学ぶことができる環境の整備に取り組んでいただきますようご協力をお願いします。

### (4) 休暇等への配慮

従業員の方の発熱時等の出勤自粛や、学校等の休業が延長されることにより保護者である従業員の皆さんが安心して子どもを育てることができるよう、休暇の取得や就業時間の短縮等についてご配慮をお願いします。

### 3 イベント開催自粛のお願い

感染拡大を阻止するため、クラスター発生のおそれがある催物（イベント）や、「三つの『密』」の発生が考えられる集まりについては、原則、中止または延期していただくよう引き続きお願いします。

なお、そのイベント自体は「三つの『密』」等に該当しないものであったとしても、一定規模の人数が集まる、県外からの参加者が見込まれるなどの場合には、原則、中止または延期していただくようお願いします。

ただし、県内における感染症の状況をふまえ、

- ・ 比較的少人数（最大でも 50 名程度）
- ・ 県外からの参加者が見込まれないイベントについては、
- ・ 三つの『密』の発生が原則想定されない（人と人との間隔は 2 m を目安に）
- ・ 大声での発声、歌唱や声援、近接距離での会話等が原則として想定されない

の条件を満たすイベント等については、徹底した感染防止対策を講じた上で、開催を可能とします。

やむを得ずイベントを開催する場合には、事前に参加者を把握する、当日の体調によって参加を見送るよう促すなどの対策を講じたうえで、開催時には咳エチケットや消毒等、感染防止対策の徹底に努めるよう、ご理解・ご協力をお願いします。

なお、国が導入を進めている「接触検知アプリ」など、SNS等の技術を活用した感染状況等の把握も、まん延防止のために有効とされていますので、導入について検討をお願いします。

#### 【参考】県主催イベントの考え方

県主催イベントについても、

- ・ 県外での開催
- ・ 参加者が不特定となるイベント
- ・ 参加者が特定できる場合でも 50 名以上が集まるイベント

については、中止または延期とします。

これに該当しないイベントについても、開催については慎重に検討し、開催する場合は、県外にお住まいの方は参加できないことなど注意事項の事前周知や「三つの『密』」の回避など適切な感染防止対策を徹底し、実施します。

## 4 事実に基づく冷静な対応のお願い

### (1) 人権への配慮等

インターネット上の掲示板やSNS等において、個人や企業に対する事実でない情報の流布が散見され、中には個人の特定、人権侵害、誹謗中傷、患者の勤務先や行動先への風評被害が懸念されるような情報も見受けられます。

県では、県民の皆様にとって重要な「リスク情報」等について、県民の皆様新型コロナウイルス感染症を我が事として認識いただき、感染防止対策を徹底いただくために、感染が確認された方の情報をご本人や会社等の関係者の皆様ともご相談させていただきながら、可能な限り公表しています。

また、感染された患者様や、患者様が所属される企業・団体において、感染拡大の防止や、県民の皆様への正しい情報提供の重要性に鑑み、ご自身や企業側から事実を公開される事例も多くあります。

公益のために必要な情報を、勇気をもって公開された方に対し、さらに個人的な情報までを特定しようとする事、公開した個人や企業を責めることは、絶対に許される行為ではありません。感染拡大を防止する観点からも、今後新たに感染が確認された場合に情報を提供・公開いただくことが難しくなります。

そして今回、県外からの感染拡大を防止するため、苦渋の決断として県外からの人の移動を自粛していただくよう要請を行いました。仕事や通院、その他やむを得ない事情により県内に来られる方、あるいは感染拡大以前から既に県内に滞在されている県外の方や、県内在住でも、単身赴任などで自家用車が県外ナンバーである方なども、県内には多くおられます。新規感染者発生が少ない地域においては、他県の方が不当な扱いをされるなどの事象も発生していますが、このような方々が差別や偏見にさらされることも、あってはならないことです。

感染した方、その家族や関係者、治療にあたっている医療従事者、外国から帰国された方、日本に居住する外国人の方、事情があり三重県に来られた県外の方等に対して行われる不当な差別、偏見、いじめは人権侵害です。

感染は自身や大切な家族にも起こりうることで、決して他人事ではありません。社会で差別的な出来事が発生していると、体調が悪くなった際に、差別を受けることが怖くて、我慢したまま日常生活を続けてしまうことにもなりかねません。このことは、結果としてウイルスを拡散させることにつながります。

県民の皆様におかれましては、個人や企業への偏見や差別につながる行為、人権侵害、誹謗中傷等は絶対に行わないでください。

なお、三重県人権センターでは、新型コロナウイルス感染症に関する相談を受け付けており、県民の皆様に取り添った対応をしています。もしも新型コロナウイルス感染症に関して、差別的な扱いを受けた、不当な差別を見掛けたなど、人権問題と思われる場面に直面した場合には、ご相談をお願いいたします。

●三重県人権センター相談窓口 TEL:059-233-5500

9:00～17:00 ※土日、祝日を含む毎日

●法務省（みんなの人権 110 番） TEL:0570-003-110

8:30～17:15 ※平日

## （２）根拠が不明な情報に基づく行動の自粛

SNS等による事実ではない誤った情報が拡散されることにより、本来十分に供給が賄えている物資の買占めなどにより、県民の皆様の生活に影響を及ぼす事態も発生しています。

県としましても、引き続き、必要な物資の確保や県民の皆様へ迅速かつ正確な情報発信を行ってまいります。県民の皆様におかれましても、根拠が不明な情報に基づく行動やそうした情報の拡散はなされないようにご協力ください。

## 5 休業要請等へのご協力をお願い

事業者等の皆様におかれましては、これまでも感染拡大阻止に向け休業や適切な感染防止策をとっていただくなど、積極的なご協力をいただき、感謝を申し上げます。

皆様のご尽力により、県内における感染者の新規発生頻度も一定の減少が見られますが、全国における緊急事態宣言の延長や、4月末時点での県内における感染者の感染経路の9割以上が県外に由来しているという状況、「特定警戒都道府県」など感染が多数確認されている府県に隣接している当県の状況に鑑み、これまでにクラスターの発生が確認されておりクラスター発生の危険性が高い施設<sup>5</sup>、三つの『密』が重なるなど感染拡大の恐れが高い施設等、一部の施設については、引き続き新型コロナウイルス等特別措置法第24条第9項に基づく施設の使用制限（休業要請）を行います。

休業要請の期間については、県の緊急事態措置期間である5月31日までとするものの、政府専門家会議が1～2週間程度経過した時期（5月14日を目途）に最新の感染の状況等をふまえた分析を行うとしていることから、休業を要請する期間については適宜検討し、県内における感染拡大の状況や、政府の判断を見据え、解除の前倒しを行う場合もあります。

なお、その他の施設については、法に基づく休業の要請はしないものの、

- ・ 適切な感染防止対策の徹底
- ・ 県外からの訪問客に利用をご遠慮または延期していただくための対策

について、協力をお願いいたします。

---

<sup>5</sup> 【参考】全国でこれまでにクラスターが発生した主な施設類型

施設類型
保育所、介護老人保健施設等
スポーツジム、スポーツ教室等の屋内運動施設
バー
カラオケ
ライブハウス
キャバレー、ナイトクラブ等の接待を伴う飲食店

今回休業を要請しない施設におかれても、以下のような場合には、感染拡大の阻止を図るため、休業要請を検討する場合があります。

- ・施設におけるクラスター発生等、感染者の発生が確認された施設については、県内の感染拡大阻止を図るため、状況をよく確認したうえ、同業種については休業の要請を検討します。
- ・また、県内の感染拡大の状況が一定水準まで悪化した場合（「6 緊急事態措置強化の判断指標」参照）には、全業種を対象に、休業の要請を検討します。
- ・協力依頼に応じていただかず、県外の訪問客を受け入れた結果、客同士が密接状態となるなど、県内における感染拡大につながる状態が確認された場合には、感染拡大阻止を図るため、休業要請を行う場合があります。

感染防止対策の徹底に際しては、業種や施設の種別に応じた感染防止のためのガイドラインを作成するなどし、全職員に周知徹底するなど、感染防止対策を自主的・積極的に進めていただくようお願いします。

今回休業を要請する施設におかれましても、事業再開に向けては必ず必要となりますので、業種や施設の種別に応じた感染防止のためのガイドラインの作成を進めていただくようお願いいたします。

なお、国が導入を進めている「接触検知アプリ」など、SNS等の技術を活用した感染状況等の把握も、まん延防止のために有効とされていますので、導入について検討をお願いします。

この全国的な危機を克服するためには、事業者等の皆様のご協力が必要不可欠となりますので、大変心苦しくはありますが、ご理解とご協力を切にお願いします。

**休業要請等の内容については、別冊「休業協力要請について」をご参照ください。**

## 6 緊急事態措置強化の判断のためのモニタリング指標

緊急事態措置を一部緩和することで、感染拡大の第二波が発生し、医療への過度の負荷がかかることを防ぐため、県内の感染状況や医療提供体制についてモニタリングを行います。

具体的には、PCR検査件数やPCR検査陽性率、新規感染事例数、新規感染者数、感染経路不明者数、入院患者数等の指標について、日常的にモニタリングを行うとともに、これらの指標が下表に掲げる状況に至る場合には、感染が大幅に拡大した4月中旬と同様の状況が生じる予兆と考えられることから、感染拡大防止のため、緊急事態措置の強化を検討します。

### 【措置強化判断のための主な指標とその目安】

指標	水準	期間
新規感染事例数（※）	3	直近
新規感染者数	10	5日間
入院患者数	20	

※ 新規感染事例数：1名の感染者の濃厚接触者から複数の感染があった場合も、全体を1事例として計上します。



## 【別添】参考資料

### 「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。
- 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



#### (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、十分な距離がオンライン

##### 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

※新型コロナウイルス感染症対策専門家会議資料より抜粋

## 人との接触を8割減らす、10のポイント

- (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) 定期受診は間隔を調整 診療は遠隔診療
- (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