

一人ひとりの



心掛

家族

地域

を守

▶問い合わせ 健康推進グループ (☎0100)

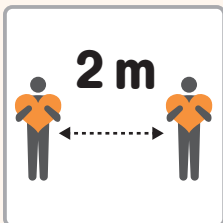
世界各国において、市民活動のみならず、経済活動に非常に大きな影響を与えている『新型コロナウイルス感染症』。国内において、日々確認される新規感染者数はピークを越え、一定程度に抑えられているものの、また、いつ、どこで感染が拡大するかわかりません。

今後も、新型コロナウイルスを想定した『新しい生活様式』を日常生活に取り入れ、自分自身だけではなく、家族や友人、地域の人を感染症から守りましょう。

## 新しい生活様式

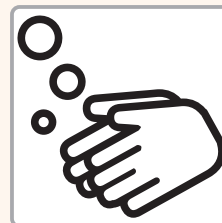
### 一人ひとりの基本的感染対策

#### 身体的距離の確保



人との間隔は、できるだけ2m(最低1m)空ける。  
遊びに行くなら、屋内より屋外を選ぶ。

#### 手洗い



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、シャワーを浴びる。  
手洗いは30秒程度かけて、水とせっけんで丁寧に洗う(手指消毒薬の使用も可)。

#### マスクの着用

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する。

※気温や湿度が高いときには、適宜マスクをはずすなど、熱中症への注意も忘れずに。

### 日常生活を営む上での

#### 基本的な生活様式

- 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(密閉空間、密集場所、密接場面)』の回避
- 毎朝の体温測定、健康チェック。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

### 利用条件を守ったご利用を

市は、『新しい生活様式』などの実践を前提として、市内公共施設などの利用を再開しています。感染予防対策のため、施設の状況などに応じた利用条件を設けていますので、ご協力をお願いします。  
※施設ごとの利用条件については、各施設管理者にお問い合わせください。

▶問い合わせ 行政経営グループ (☎05109)