

冬期間のコロナウイルス感染症への対応について

寒い時期を迎え、全国的に新型コロナウイルスが猛威を振るっています！

11月に入り、檜山管内でも感染者が発生しており、感染をこれ以上広めないために、冬期間の感染防止対策の徹底に努めましょう。

1. 基本的な防止対策の実施



○マスクの着用(ウイルスを移さない)



○人と人との距離を確保(1mを目安に)



○3密を避ける、大声を出さない

○次の「5つの場面」、「感染リスクを下げながら会食を楽しむ工夫」を参考に、感染防止対策の徹底に努めましょう。

『5つの場面』とは？

①飲酒を伴う懇親会

- ・飲酒の影響で気分が高揚すると同時に注意力が低下する。
- ・敷居などで区切られている狭い空間に長時間、大人数が滞在すると、感染リスクが高まる。

②大人数や長時間におよぶ飲食

- ・長時間におよぶ飲食は、短時間の食事に比べて、感染リスクが高まる。
- ・大人数、例えば5人以上の飲食では、大声になり飛沫が飛びやすくなる。

③マスクなしでの会話

- ・マスクなしに近距離で会話することで、感染リスクは高まる。

④狭い空間での共同生活

- ・長時間にわたり閉鎖空間が共有されるため、感染リスクが高まる。
- ・トイレなどの共用部分での感染疑いの事例が報告されている。

⑤居場所の切り替わり

- ・仕事で休憩時間に入った時など、居場所が切り替わると気のゆるみなどで、感染リスクが高まることもある。
- ・休憩室、喫煙室、更衣室での感染疑いの事例が報告されている。

『感染リスクを下げながら会食を楽しむ工夫』

- 飲食するのであれば、
 - ①少人数・短時間で！
 - ②なるべく普段一緒にいる人と！
 - ③深酒・はしご酒は控え、適度な酒量で！
- 箸やコップは使いまわさずに一人ひとりで！
- 座の配置は斜め向かいに！
- 会話するときは、なるべくマスク着用！
- 体調が悪い人は参加しない！
- 換気が適切になされているなどの工夫をしている、ガイドラインを遵守しているお店で！

2. 寒い環境でも換気の実施

- 機械換気による常時換気を！
- 機械換気が設置されていない場合は、室温が下がらない範囲で常時窓開け！（窓を少し開け、室温は18℃以上を目安）また、連続した部屋等を用いた2段階の換気や、HEPAフィルター付きの空気清浄機の使用も考えられます。

3. 適度な保湿（湿度40%を目安に）

- 換気しながら加湿をしましょう！（加湿器使用や洗濯物の室内干しなど）
- こまめに拭き掃除をしましょう！



新型コロナウイルスの発生をさらに抑えるには、一人ひとりが最新の知識を身につけて正しく対策を行っていただくことが何より重要です。

改めて、『マスクの着用』『3密の回避』『手洗い』などの取り組みを徹底しましょう！

◎偏見や差別の防止を！

偏見や差別、いじめなどの心ない行為は、許されるものではありません。

正しい情報の下、理解を深め、冷静に思いやりのある行動をお願いします。

お困りのことがあれば、一人で悩まずご相談ください。

北海道の新型コロナウイルス人権相談窓口

☎ 011-206-0497

受付時間 平日 9時 から 17時 まで

Eメール cov.jinken@pref.hokkaido.lg.jp