

十日町市新型コロナウイルス感染予防対策ガイドライン

(令和2年6月18日現在:健康づくり推進課)

1 はじめに

国は、新型コロナウイルス感染拡大防止のための「新しい生活様式」を示し、事業者へ「業種ごとの感染拡大予防対策等について」を示しました。

市では今後、感染拡大の予防と社会経済活動の両立を図っていくために、施設利用時の感染症予防対策ガイドラインを作成し、市民や事業所の皆様の感染を予防したいと考えています。このガイドラインをもとに、各施設で対応マニュアルを作成し、感染する危険性（動線や接触）を確認したうえで施設での対策を進めて下さい。

2 感染リスクに応じた対策の検討をする前に知って頂きたいこと

新型コロナウイルスは飛まつ感染と接触感染によりうつるといわれている。

感染が広がる仕組み		感染の危険が高い条件や場所
飛まつ感染	感染者の飛まつ（くしゃみ、咳、つばなど）と一緒にウイルスが放出され、他の方がそのウイルスを口や鼻などから吸い込んで感染する。	感染する危険が高い条件 ①換気が不足する場所 ②人と人の距離が近い場所 （1～2mを確保できない所） ③施設内で大声を出す場所
接触感染	感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、その手で周りの物に触れるとウイルスがつく。他の方がそれをさわるとウイルスが手に付着し、その手で口や鼻を触ると粘膜から感染する。	感染する危険が高く注意する場所 ①お互いに共通でさわる所 施設ごとで大勢が触れると考えられる場所、ドアノブなど ②多くの人が高い頻度でさわる所 テーブル、いすの背もたれ、ドアノブ 電気のスイッチ、電話、蛇口、手すり、エレベーターのボタン、パソコンのマウス、キーボード、タブレット式端末など

○対策の準備のために検討する項目を「□」で表記し、参考目安を「※」で記載

3 感染予防のために安全に入場できる条件（感染防止のための入場者整理）

- ☐ 施設再開後最初の2週間は通常の5割以下の人数を目安にする。
 - ☐ 他の人と手を伸ばして届かない十分な距離、できるだけ2m（最低1m）を取るようにする。
 - ☐ 発熱または咳、のどの痛みなどのかぜ症状がある方は入場を見合わせる。
 - ☐ 入口及び施設内に手指の消毒液等を設置する。
 - ☐ マスクの着用を周知し勧める。
 - ☐ 施設の消毒を徹底する
- ※「10 清掃・消毒」を参照

4 症状のある方の入場制限

- 発熱や軽度であっても咳・のどの痛みなどがある人は入場しないよう周知する。
 - ・催し物や研修会などのチラシなどに入場制限について掲載する。
 - ・施設入り口に入場制限の説明を掲示する。
- 来場時に発熱など体調不良を疑わせる人がいた場合は入場しないよう呼びかける。
 - ・発熱していないか、体温計で体温を確認する。
 - ・37℃以上の場合は入場しないように説明する。
- 感染拡大防止のために入場者名簿を準備する。
 - ・万が一感染した方が発生した場合に、来場者の体調確認のための入場者名簿を準備する。（入館日時、住所、氏名、連絡先電話番号等を記入する）
 - ・個人情報の取扱いに十分注意しながら、入場者等の名簿を適正に管理する。
 - ・来場者は連絡が取れる方法を入場者名簿に記入する。

5 会議、会合

- 参加人数は多くなならないようできるだけ少人数にする。
 - ※会場の広さを配慮しながら、人と人との距離をできるだけ2 m、最低でも1 m間隔が開けられる人数を目安にする。
- できるだけ短い時間で終わるよう工夫する。
- 飲食や飲酒を伴う会合の場合、3密の回避や席の配置（真正面を避ける）を配慮する。

6 感染対策

- 施設の換気を徹底する。
 - ・2方向の窓を1回、数分間程度、全開にする。
 - ・回数は1時間に2回以上を目安に換気する。
- 大勢の人が使用する物品や手がよく触れる箇所を最低限にする。
- 複数の人の手が触れる場所を消毒する。
 - ※最低でも、朝、夕の1日2回程度。人が多い所では1日3回が目安となる。
- 手や口が触れるようなもの（コップ、箸など）は、適切に洗浄消毒する。
 - ※公民館、集会場ではコップ、箸など適切に洗浄する。
 - ※物に付いたウイルスはしばらく生存するため、清潔な取り扱いや洗剤での洗浄、必要時の消毒も行う。
- 人と人が対面する場所は、アクリル板・透明ビニールカーテンなどで仕切る。
 - ※「5分間の会話で1回の咳と同じくらいの飛まつが飛ぶ」ため対面での会話で1～2 mの距離が取れない場合は、マスクの着用やカーテンなどで飛まつを避ける工夫が必要。

- ☐ ユニフォームや衣服はこまめに洗濯する。
- ☐ こまめに手を石鹼で洗うことや手指のアルコール消毒を行う。

7 トイレ（※感染リスクが比較的高いと言われているため感染予防に気を付ける。）

- ☐ トイレの清掃については、便器内を通常のトイレ用（家庭用）洗剤で清掃をする。
- ☐ ドアノブなど大勢の人が触る場所は、消毒液（薄めた市販の家庭用塩素系漂白剤★）で拭いた後、水拭きする。★主成分が次亜塩素酸ナトリウムで濃度 0.05%別紙「消毒作業工程」参照
- ☐ トイレの蓋を閉めて汚物を流すよう表示する。
- ☐ ペーパータオルを設置するか、個人のハンカチ等を使用してもらう。
- ☐ ハンドドライヤーは止め、共通のタオルは使用しない。
- ☐ 手洗い場に、手洗いのリーフレットを掲示する。

8 職員・従業員の休憩スペース

（※感染リスクが比較的高いと言われているため感染予防に気を付ける。）

- ☐ 休憩は一度に休憩する人数を減らし、対面での食事や会話をしないようにする。
※隣の人と一つ飛ばしに座ることや真向いに座らず、互い違いに座るのも有効。
- ☐ 休憩スペースは、1 時間に 2 回以上を目安で換気することに努める。
- ☐ 共有する物品（テーブル、いす等）は、定期的に消毒する。
- ☐ 職員・従業員の休憩スペースでは、使用する際に、入退室の前後に手洗いをする。

9 ゴミの廃棄

- ☐ 鼻水、だ液などが付いたごみ（ティッシュ等）は、ビニール袋に入れて密閉して縛る。
- ☐ ゴミを回収する人は、マスクや手袋をしてゴミの回収を行う。
- ☐ 回収後、マスクや手袋を脱いだ後は、必ず石鹼と流水で手を洗う。

10 清掃・消毒

- ☐ 洗面台など通常の場所では市販されている家庭用洗剤（界面活性剤含有の洗剤）や薄めた家庭用塩素系漂白剤を用いて清掃する。
 - ☐ 清掃後に、大勢の人が触れた所（手すり、ドアノブ、テーブル、椅子等）の表面を消毒する。
 - ・ 始業前、終業時に消毒液（薄めた市販の家庭用塩素系漂白剤）で拭いた後、水拭きする。手が触れることがない床や壁は、通常の清掃でよい。
- ※消毒方法については、別紙「消毒作業工程（建物、物品）」資料参照

11 新型コロナウイルス感染症予防に関する基本的知識の周知徹底

- 職員・従業員に対し、感染症予防に関する基本的な知識を周知し、感染防止策を徹底させるため必要な指導・教育を行う。

12 その他

- 高齢者や持病のある方については、感染した場合の重症化する傾向があることから、高齢者が多く利用する施設等では、各施設で感染予防についてより徹底した対応を行う。
- 施設内で感染者が発生した場合には、施設内の消毒及び施設利用を一時中止する、合わせて保健所による追跡調査に協力する。

(参考) 上記のほか、業種毎の感染防止対策の例など

1 催し物（イベント等）について

イベントの開催には、次の①から③の条件を満たす必要がある。

- 感染防止対策を講じたうえでの比較的小人数のイベントを検討する
※参加人数が最大でも 50 人程度と言われているが、以下の条件が必要。
- ① 3つの密（密閉、密集、密接）の発生が原則想定されないこと（他人とは互いに手を伸ばして届かない十分な距離 2 mを目安にする）
- ② 大声での発声、歌唱や声援、又は近接した距離での会話等が想定されないことを目安にする。
- ③ その他、適切な感染防止対策（入場者の制限や誘導、手指の消毒設備の設置、マスクの着用、室内の換気等）を行う。

2 劇場、集会場または公会堂、展示場

施設で開催する催し物（イベント等）に関しては、「1 催し物（イベント等）について」を参考に、参加する人数が比較的小人数のもの等に限定する。

- マスク着用の上、四方を空けた席の配置など十分な座席の間隔が確保されること。
- 入場や退場時に並ぶことや、集合場所などにおいて人と人との間隔（できるだけ 2 mを目安に）が確保されること。
- 適切な消毒や換気等が行われること。

3 物品販売業を営む店舗、学習支援業を営む施設

- 「1 催し物（イベント等）について」と同様の対策に加え、人と人が対面する場所は、アクリル板・透明ビニールカーテンなどで仕切る。
- ※従業員と客との間や、客と客との間にパーティションを設けるなどの徹底した感染症対策を行う。

4 食堂、レストラン、喫茶店など接待を伴わない飲食店

- ☐ 個室などの密閉した部屋の使用を避ける。
- ☐ 座敷席等における多人数での使用を控える。
- ☐ 座席の間にパーテーションを設け、又は座席の間隔を十分に空ける。
※隣の人と一つ飛ばしに座ることや真向いに座らず、互い違いに座るのも有効。
3密の環境を徹底的に排除する。
- ☐ 接客時等では、マスクを着用する。
- ☐ 客の入れ替え時は、適切な消毒や清掃を行う。
- ☐ 大皿での取り分けによる食品提供を自粛する。
- ☐ 従業員や出入り業者に発熱等のかぜ症状がある場合は職場を休み、体調の変化を見るなど、職場へのウイルスの持ち込みを予防する。衛生面や健康面の管理に気をつける。
- ☐ 酒類の提供時間について配慮する。

5 運動、スポーツ施設

- ☐ ロッカー、シャワー等屋内共用施設は広さを考えて一度に使用する人数を制限する。
- ☐ ロッカーは一つおきに使用する
- ☐ 極力マスクを着用する。
- ☐ 使用する機器（トレーニングマシン等）を1回1回消毒する。
- ☐ 休憩室やロッカーなどでの談笑はしばらく控える。

6 各業種におけるガイドライン

各業種別のガイドラインは以下のアドレスからご確認ください。

内閣官房 新型コロナウイルス感染症対策

「業種ごとの感染拡大予防ガイドライン一覧」

<https://corona.go.jp/prevention/pdf/guideline.pdf>

消毒作業工程（建物、物品）

＜使用するもの＞

- ・次亜塩素酸ナトリウム（一般的に「塩素系漂白剤」（塩素濃度約5%）として販売）
- ・タオルまたはペーパータオル
- ・手袋
- ・マスク
- ・ゴミ袋
- ・バケツ

＜消毒液の作り方＞

★次亜塩素酸ナトリウム（市販の漂白剤：塩素濃度約5%の場合）の希釈方法

消毒対象	濃度 (希釈倍率)	希釈方法
・手指がよく触れる場所や物 手すり、ドアノブ、窓の取手、照明のスイッチ、テーブル、椅子、電話機、パソコンのキーボード、水道の蛇口、洗水レバー、便器のフタ、エレベーターやコピー機等のボタンなど	0.05%	・キッチンブリーチの場合、水 5L にキャップ 2.5 杯（約 50mL） ・ピューラックスの場合、水 3L にキャップ 2.5 杯（約 25mL） ※バケツに 3L、5L の線を引きます。

＜服装＞

- ・作業しやすい服装で行う。マスクと手袋は必ず着用する。必要に応じて内ばきをはく。
- ※消毒薬が衣服に付着すると色落ちする場合がある。
- ※防護服の着用は必要ない。

＜消毒の方法＞

- ・窓を開けて作業する。
- ・キッチンペーパー等に十分に消毒液を含ませて拭き、その後、タオル等で水ぶきをする。（濡れている場合には水分を拭き取った後行う。）
- ・ペーパータオルで拭き取る場合は、一度使ったら廃棄する。
- ・タオルで拭き取る場合は、消毒液にタオルを浸し、一度使ったタオルの面で次の場所や物を拭き取らない。
- ・金属部位に使用する場合は、劣化（さびる）する可能性があるため、次亜塩素酸ナトリウムの消毒液を使用する場合には考慮する。（水ぶきでも可）
- ・使用したペーパータオルやタオル、マスク、手袋はゴミ袋に入れ、口を縛って廃棄する。ゴミの処分は各施設での対応とする。

＜消毒作業後の対応＞

①手袋をはずす→②マスクをとる→③手指（30 秒以上）と顔を洗い流す→④うがい

業種別ガイドラインについて

令和 2 年 6 月 13 日 17 時 更新

	業 種	団 体 名	担当省庁名	ガイドライン掲載 URL
1	①劇場、観覧場、 映画館、演芸場	公益社団法人 全国公立文化施設協会	文部科学省	https://www.zenkoubun.jp/info/2020/pdf/0514covid_19.pdf
2		全国興行生活衛生同業組合連合会（映画館）	厚生労働省	https://www.zenkoren.or.jp/news-pdf/0514_COVID-19_guideline.pdf
3		全国興行生活衛生同業組合連合会（演芸場）	厚生労働省	https://www.zenkoren.or.jp/news-pdf/0529_COVID-19_guideline.pdf
4		一般社団法人コンサートプロモーターズ協会 一般社団法人日本音楽事業者協会 一般社団法人日本音楽制作者連盟	経済産業省文部科学省	http://www.acpc.or.jp/pdf/COVID-19/20200527_01.pdf http://www.jame.or.jp/wordpress/wp-content/uploads/2020/05/covid-19_guideline20200525.pdf
5		クラシック音楽公演運営推進協議会	文部科学省	6 月中旬公表予定
6		緊急事態舞台芸術ネットワーク	文部科学省	6 月中旬公表予定
7	②集会場、公会堂	公益社団法人 全国公民館連合会	文部科学省	https://www.kominkan.or.jp/file/all/2020/20200514_02guide.pdf
8	③展示場	一般社団法人 日本展示会協会	経済産業省	https://www.nittenkyo.ne.jp/
9	④体育館、水泳場、 ポーリング場、 運動施設、遊技場	公益財団法人 日本スポーツ協会 公益財団法人 日本障がい者スポーツ協会	文部科学省	https://www.japan-sports.or.jp/news/tabid92.html?itemid=4158 https://www.jsad.or.jp/news/detail/20200515_002154.html
10		公益社団法人 日本プロサッカーリーグ	文部科学省	https://www.jleague.jp/img/pdf/2020_0612_17179.pdf
11		一般社団法人 日本女子サッカーリーグ	文部科学省	http://www.nadeshikoleague.jp/news/upload_file/covid-19_guideline.pdf
12		一般社団法人 日本ゴルフ場経営者協会 公益社団法人 日本パブリックゴルフ協会	経済産業省	http://www.golf-ngk.or.jp/news/2020/corona/golfcoronaguideline.pdf http://www.pgs.or.jp/data/CT_20200514105508_efc4fec0-db18-4ba8-a81f-915f6cc880e5.pdf
13		公益社団法人 全日本ゴルフ練習場連盟	経済産業省	https://www.jgra.or.jp/wp1902/wp-content/uploads/2020/05/JGRA2020年5月14日ガイドライン改訂版-第三版-1.pdf
14		公益社団法人 日本テニス事業協会	経済産業省	https://www.jtia-tennis.com/2020_05_14_tennis_guideline.pdf
15		一般社団法人 日本アミューズメント産業協会	経済産業省	https://jaia.jp/%e3%81%8a%e7%9f%a5%e3%82%89%e3%81%9b/%e3%82%b2%e3%83%bc%e3%83%a0%e3%82%bb%e3%83%b3%e3%82%bf%e3%83%bc%e3%81%ab%e3%81%8a%e3%81%91%e3%82%8b%e6%96%b0%e5%9e%8b%e3%82%b3%e3%83%ad%e3%83%8a%e3%82%a6%e3%82%a4%e3%83%ab%e3%82%b9%e6%84%9f%e6%9f%93/
16		一般社団法人 全日本指定射撃場協会	警察庁	http://shajoukyo.ciao.jp/
17		全国麻雀業組合総連合会	警察庁	https://www.zenjanren.com/
18		パチンコ・パチスロ産業 21 世紀会	警察庁	http://www.zennichiyuren.or.jp/
19		公益財団法人 日本ゴルフ協会 公益社団法人 日本プロゴルフ協会 一般社団法人 日本女子プロゴルフ協会 一般社団法人 日本ゴルフツアー機構 一般社団法人 日本ゴルフトーナメント振興協会	文部科学省	http://www.jga.or.jp/jga/jsp/index.html https://www.pga.or.jp/ https://www.lpga.or.jp/ https://www.jgto.org/pc/TopPage.do http://www.golf-gtpa.or.jp/
20		公益社団法人 日本ボウリング場協会	経済産業省	https://bowling.or.jp/
21		公益社団法人 日本プロボウリング協会	文部科学省	6 月中旬公表予定
22		一般社団法人 日本レジャーダイビング協会 スクーバダイビング事業協同組合	経済産業省	https://diving.or.jp/ http://www.sd-kumiai.org/
23		一般社団法人 日本野球機構	文部科学省	6 月中旬公表予定
24		東日本遊園地協会 西日本遊園地協会 等	経済産業省	https://www.e-yuenchi.com/pdf/amusement_park_guideline.pdf https://www.nagashima-onsen.co.jp/spaland/wpcontent/uploads/sites/7/2020/05/COVID-19_guideline.pdf
25		一般社団法人 日本フィットネス産業協会	経済産業省	https://www.fia.or.jp/public/19525/
26	⑤博物館、美術館、 図書館	公益財団法人 日本博物館協会	文部科学省	https://www.j-muse.or.jp/02program/pdf/jam_covid_guideline_20200525.pdf
27		公益社団法人 日本図書館協会	文部科学省	http://www.jla.or.jp/home/news_list/tabid/83/Default.aspx?itemid=5320
28		公益社団法人 全国学校図書館協議会	文部科学省	6 月中旬公表予定

業種別ガイドラインについて

令和 2 年 6 月 13 日 17 時 更新

	業 種	団 体 名	担当省庁名	ガイドライン掲載 URL
29	⑥ 遊興施設	地方競馬全国協会	農林水産省	https://www.maff.go.jp/j/saigai/n_coronavirus/ncv_guideline.html#gl_gyoushubetsu
30		一般社団法人 ライブハウスコミッション NPO 法人 日本ライブハウス協会 飲食を主体とするライブスペース運営協議会 日本音楽会場協会	厚生労働省	http://lhc.tokyo/ http://j-livehouse.org/guideline/ https://www.japan-mva.com/
31		全国社交飲食業生活衛生同業組合連合会	厚生労働省	https://zensyaren.net/
32		一般社団法人 日本カラオケボックス協会連合会 一般社団法人 カラオケ使用者連盟 一般社団法人 全国カラオケ事業者協会	経済産業省 文部科学省	http://www.jkba.or.jp/uploads/news/a2e082c81b7de927a865d1d5048c8ba7.pdf https://www.kua.or.jp/pdf/guideline.pdf http://www.karaoke.or.jp/img/guideline.pdf
33		公益社団法人 全国競輪施行者協議会 全国小型自動車競走施行者協議会 公益財団法人 J K A 一般財団法人 東日本小型自動車競走会 一般財団法人 西日本小型自動車競走会 一般社団法人 日本競輪選手会 一般社団法人 全日本オートレース選手会 一般社団法人 全国場外車券売場設置者協議会	経済産業省	http://www.zenrin.or.jp/ https://www.keirin-autorace.or.jp/NEWS/20200529.html http://keirin-jpcu.org/news.php?@DB_ID@=992
34		一般社団法人 ナイトクラブエンターテインメント協会 西日本クラブ協会 ミュージックバー協会	警察庁	http://nce.or.jp/ https://wca-official.com/
35		ボートレースコロナ対策決定本部	国土交通省	https://www.motorboatracng-association.jp/
36		公益社団法人 全国学習塾協会	経済産業省	https://jja.or.jp/wp-content/uploads/2020/05/guidelinever.3.pdf
37		特定非営利活動法人 全国検定振興機構	文部科学省	6 月中旬公表予定
38		一般社団法人 全国外国語教育振興協会	経済産業省	https://zengaiko.jp/zgkinfo/inf-2211/
39	⑦ 自動車教習所、 学習塾等	一般社団法人 全日本ピアノ指導者協会	経済産業省	http://www.piano.or.jp/info/news/2020/05/31_26095.html
40		全日本指定自動車教習所協会連合会	警察庁	http://www.zensiren.or.jp
41		全国届出自動車教習所協会	警察庁	http://www.zenjikyo.com
42		一般社団法人 日本総合健診医学会 公益社団法人 日本人間ドック学会 公益財団法人 結核予防会 公益社団法人 全国労働衛生団体連合会 公益財団法人 日本対がん協会 公益社団法人 全日本病院協会 一般社団法人 日本病院会 公益財団法人 予防医学事業中央会	厚生労働省	https://jhep.jp/jhep/sisetu/covid_19.jsp#coronavirus6 https://www.ningen-dock.jp/covid19_dock https://www.jatahq.org/ http://www.zeneiren.or.jp/ https://www.jcancer.jp/about_cancer_and_checkup https://www.ajha.or.jp/hms/medicalcheckup/ https://www.hospital.or.jp/docu/index.html http://www.yobouigaku-chuo.or.jp/
43	⑨ インフラ運営等	一般社団法人 建設電気技術協会	国土交通省	http://kendenkyo.or.jp/pdf/kendenkyo_guidelines.pdf
44		一般社団法人 全国 L P ガス協会	経済産業省	https://www.japanlpg.or.jp/info/data/20200514.pdf
45		全国石油商業組合連合会	経済産業省	http://www.zensekiren.or.jp/20200414
46		公益社団法人 日本下水道管路管理業協会	国土交通省	https://jascoma.com/index.html
47		一般社団法人 日本下水道施設管理業協会	国土交通省	https://www.gesui-kanrikyo.or.jp/contents/01-01news.html
48		東日本高速道路株式会社	国土交通省	https://www.e-nexco.co.jp/
49		中日本高速道路株式会社	国土交通省	https://www.c-nexco.co.jp/topics/1121.html
50		西日本高速道路株式会社	国土交通省	https://www.w-nexco.co.jp/
51		首都高速道路株式会社	国土交通省	https://www.shutoko.jp/inquiry/prevention/
52		阪神高速道路株式会社	国土交通省	https://www.hanshin-exp.co.jp/company/

業種別ガイドラインについて

令和 2 年 6 月 13 日 17 時 更新

	業 種	団 体 名	担当省庁名	ガイドライン掲載 URL
53	⑨ インフラ運営等	本州四国連絡高速道路株式会社	国土交通省	https://www.jb-honshi.co.jp/
54		一般社団法人 全国建設業協会	国土交通省	http://www.zenken-net.or.jp/
55		一般社団法人 日本建設業連合会	国土交通省	https://www.nikkenren.com/
56		一般社団法人 住宅生産団体連合会	国土交通省	https://www.judanren.or.jp/activity/demandproposal/pdf/covid_guideline_20200521.pdf
57		一般社団法人 日本埋立浚渫協会 一般社団法人 日本海上起重技術協会 一般社団法人 日本潜水協会 日本港湾空港建設協会連合会 全国浚渫業協会	国土交通省	https://www.umeshunkyo.or.jp/ http://www.kaigikyo.jp/ http://www.sensui.or.jp/ http://www.nikkoren.com/ https://www.zen-shun.com/
58		一般社団法人 電気通信事業者協会	総務省	https://www.tca.or.jp/
59		一般財団法人 食品産業センター	農林水産省	https://www.shokusan.or.jp/news/3694/
60	⑩ 飲食料品供給	公益社団法人 中央畜産会	農林水産省	http://jlia.lin.gr.jp/archives/3079
61		公益社団法人 大日本農会	農林水産省	http://www.dainihon-noukai.jp/news01/2270/
62		一般社団法人 日本林業協会	農林水産省	https://www.maff.go.jp/j/saigai/n_coronavirus/ncv_guideline.html#gl_gyoushubetsu
63		全国漁業協同組合連合会 一般社団法人 大日本水産会	農林水産省	https://www.zengyoren.or.jp/information/detail.php?type=press&id=152 https://suisankai.or.jp/news/%e3%80%8c%e6%bc%81%e6%a5%ad%e8%80%85%e3%81%ab%e6%96%b0%e5%9e%8b%e3%82%b3%e3%83%ad%e3%83%8a%e3%82%a6%e3%82%a4%e3%83%ab%e3%82%b9%e6%84%9f%e6%9f%93%e8%80%85%e3%81%8c%e7%99%ba%e7%94%9f%e3%81%97%e3%81%9f/
64		全国中央卸売市場協会 全国公設地方卸売市場協議会 全国第 3 セクター市場連絡協議会 一般社団法人 全国中央市場青果卸売協会 一般社団法人 全国青果卸売市場協会 全国青果卸売協同組合連合会 公益社団法人 日本食肉市場卸売協会 東京食肉市場卸商協同組合 一般社団法人 日本花き卸売市場協会 一般社団法人 全国花卸協会 一般社団法人 全国水産卸協会 全国魚卸売市場連合会 全国水産物卸組合連合会	農林水産省	http://www.seika-oroshi.or.jp/ http://www.zenseioroshiren.or.jp/ https://mmb.jmma.or.jp/common/news/200514_新型コロナ 対応ガイドライン_(卸売市場).pdf https://www.maff.go.jp/j/saigai/n_coronavirus/ncv_guideline.html#gl_gyoushubetsu
65		一般社団法人 日本加工食品卸協会	農林水産省	https://www.maff.go.jp/j/saigai/n_coronavirus/ncv_guideline.html#gl_gyoushubetsu
66		一般社団法人 日本外食品流通協会	農林水産省	http://www.gaishokukyo.or.jp/
67		全国氷雪販売業生活衛生同業組合連合会	厚生労働省	https://www.icenet.or.jp/
68		全国食肉生活衛生同業組合連合会	厚生労働省	http://www.zenniku-seiren.or.jp/
69		全国食鳥肉生活衛生同業組合連合会	厚生労働省	https://www.zenchoren.jp/
70		全国給食事業協同組合連合会	農林水産省	https://www.maff.go.jp/j/saigai/n_coronavirus/ncv_guideline.html#gl_gyoushubetsu
71		一般社団法人 日本給食品連合会	農林水産省	https://www.maff.go.jp/j/saigai/n_coronavirus/ncv_guideline.html#gl_gyoushubetsu
72		酒類業中央団体連絡協議会	財務省	http://ajlma.or.jp/policy/guideline529.pdf

業種別ガイドラインについて

令和2年6月13日17時 更新

	業 種	団 体 名	担当省庁名	ガイドライン掲載 URL
73	⑪ 食堂、レストラン 喫茶店等	一般社団法人 全国生活衛生同業組合中央会 一般社団法人 日本フードサービス協会	農林水産省 厚生労働省	https://www.maff.go.jp/j/saigai/n_coronavirus/ncv_guideline.html#gl_gyoushubetsu
74		一般財団法人 カクテル文化振興会一般社団法人 日本バーテナー協会一般社団法人 日本ホテルバーメンス協会	厚生労働省	http://cocktail.or.jp/pdf/covid19_guideline.pdf https://8d68bba1-e89f-47d0-af10c5deec5f4e39.filesusr.com/ugd/75d272_c85f9caf48f944d3b0fec40622ca1814.pdf
75		一般社団法人日本旅客船協会屋 形船東京都協同組合東京湾屋形 船組合江戸屋形船組合	国土交通省	https://www.jships.or.jp/ https://www.edoyakatabune.com/
76	⑫ 生活必需物資供給	オール日本スーパーマーケット協会 一般社団法人 全国スーパーマーケット協会 日本小売業協会 一般社団法人 日本ショッピングセンター協会 一般社団法人 日本スーパーマーケット協会 一般社団法人 日本専門店協会 日本チェーンストア協会 日本チェーンドラッグストア協会 一般社団法人 日本 DIY・ホームセンター協会 一般社団法人 日本百貨店協会 一般社団法人 日本フランチャイズチェーン協会 一般社団法人 日本ボランタリーチェーン協会	経済産業省 農林水産省	https://www.maff.go.jp/j/saigai/n_coronavirus/ncv_guideline.html#gl_gyoushubetsu http://www.ajs.gr.jp/?mode=whatsnew&page=index&year=2020#526 http://www.superor.jp/?p=11151 https://japan-retail.or.jp/ http://www.jsa-net.gr.jp/ https://www.diy.or.jp/news-all/top-news/409-2020-05-14.html https://www.jfa-fc.or.jp/particle/3017.html https://www.vca.or.jp/topics/2020/05/post-9.html
77		大手家電流通協会	経済産業省	https://www.joshin.co.jp/info/0513guideline.pdf
78		日本書店商業組合連合会	経済産業省	http://www.n-shoten.jp/images/coronavirusguide.pdf
79		日本コンパクトディスク・ビデオレンタル商業組合	経済産業省	http://www.cdvnet.jp/modules/information/index.php/page96.html
80		全国商店街振興組合連合会	経済産業省	http://www.syoutengai.or.jp/news/topics.cgi
81	⑬ 生活必需サービス	全国旅館ホテル生活衛生同業組合連合会 一般社団法人 日本旅館協会 一般社団法人 全日本シティホテル連盟	厚生労働省 国土交通省	http://www.ryokan.or.jp/top/news/detail/298 https://www.jcha.or.jp/news/203
82		一般社団法人 日本ホテル協会	国土交通省	https://www.j-hotel.or.jp/association/pressroom/association/66801
83		一般社団法人 日本エステティック振興協議会 特定非営利活動法人 日本エステティック機構等	経済産業省	http://esthe-npo.lekumo.biz/blog/2020/05/ver30-88c4.html
84		全国質屋組合連合会	警察庁	http://www.zenshichi.gr.jp
85		NPO 法人日本ネイリスト協会	経済産業省	https://www.nail.or.jp/information/coronavirus/guideline/index.html
86		全国理容生活衛生同業組合連合会	厚生労働省	http://www.riyo.or.jp/wp-content/uploads/2020/05/ilovepdf_merged.pdf
87		全日本美容業生活衛生同業組合連合会	厚生労働省	http://www.biyo.or.jp/news/guideline.html
88		全国クリーニング生活衛生同業組合連合会	厚生労働省	https://www.zenkuren.or.jp/news/4831
89		全国公衆浴場業生活衛生同業組合連合会	厚生労働省	http://www.1010.or.jp/zenyoku/img/zenyoku_guideline.pdf
90		一般社団法人 日本リラクゼーション業協会	経済産業省	http://www.relaxation-net.jp/information/news/7573
91	⑭ ごみ処理	一般財団法人 日本環境衛生センター 公益財団法人 日本産業廃棄物処理振興センター	環境省	https://www.jesc.or.jp/library/tabid/373/Default.aspx https://www.jwnet.or.jp/info/chousa/index.html
92	⑮ 冠婚葬祭	公益社団法人 日本ブライダル文化振興協会 一般社団法人 全日本冠婚葬祭互助協会	経済産業省	https://www.bia.or.jp/guidelines/ https://www.zengokyo.or.jp/news/1980/
93		日本バンケット事業協同組合	経済産業省	https://www.j-banquet.com/index.php
94		一般社団法人 日本結婚相手紹介サービス協議会	経済産業省	http://www.jmic.gr.jp/
95		全日本葬祭業協同組合連合会 一般社団法人 全日本冠婚葬祭互助協会	経済産業省	https://www.zensoren.or.jp/ https://www.zengokyo.or.jp/news/1988/

業種別ガイドラインについて

令和 2 年 6 月 13 日 17 時 更新

	業 種	団 体 名	担当省庁名	ガイドライン掲載 URL		
96	⑯メディア	一般社団法人 日本民間放送連盟	総務省	https://www.j-ba.or.jp/category/broadcasting/jba103834		
97		日本放送協会	総務省	https://www.nhk.or.jp/info/otherpress/pdf/2020/20200514.pdf		
98		一般社団法人 衛星放送協会	総務省	https://www.eiseihoso.org/		
99		一般社団法人 日本ケーブルテレビ連盟	総務省	https://www.catv-jcta.jp/topics/detail/1760		
100		一般社団法人 日本コミュニティ放送協会	総務省	https://www.jcba.jp/community/index.html		
101		一般社団法人 日本映画製作者連盟	経済産業省	http://www.eiren.org/		
102		一般社団法人 日本音声製作者連盟	経済産業省	https://onseiren.com/wp/wp-content/uploads/Japa_Guideline-1.pdf		
103		協同組合 日本写真館協会	経済産業省	https://www.shashinkan.com/		
104		一般社団法人 日本コールセンター協会	経済産業省	https://ccaj.or.jp/		
105		一般社団法人 全国ペット協会	環境省	http://zpk.or.jp/news/archives/172		
106	⑰個人向けサービス	一般社団法人 日本自動車販売協会連合会 一般社団法人 日本中古自動車販売協会連合会 全国オートバイ協同組合連合会 一般社団法人 全国軽自動車協会連合会 一般財団法人 日本自動車購入協会 一般社団法人 日本自動車査定協会 一般社団法人 日本オートオークション協議会 日本自動車輸入組合 一般社団法人 日本二輪車オークション協会 一般社団法人 中古二輪自動車流通協会	経済産業省	http://www.jada.or.jp/wpcontent/uploads/public/300f1b5640a2b1357005f480f1e47ed6.pdf https://www.jucda.or.jp/covid-19/guideline.pdf https://www.zenkeijikyoku.or.jp/zenkei17/zen/wpcontent/uploads/2020/05/pressrelease-200527.pdf http://www.jpuc.or.jp/ http://nak-hp.info/corona-guideline.pdf http://www.jaia-jp.org/news/report2005272/ http://jaba-au.or.jp/?p=1041		
		107	⑱金融	一般社団法人 全国銀行協会	金融庁	https://www.zenginkyo.or.jp/news/2020/n051401/
		108		日本証券業協会	金融庁	http://www.jsda.or.jp/shinchaku/coronavirus/files/20200514coronagl.pdf
		109		一般社団法人 全国信用金庫協会	金融庁	https://www.shinkin.org/news/pdf/20200515guideline.pdf
		110		一般社団法人 全国信用組合中央協会	金融庁	https://www.shinyokumiai.or.jp/pdf/news20200515.pdf
		111		一般社団法人 全国労働金庫協会	金融庁	https://all.rokin.or.jp/important/file/koronaguideline.pdf
		112		一般社団法人 生命保険協会	金融庁	https://www.seiho.or.jp/data/billboard/disaster05/pdf/01.pdf
		113		一般社団法人 損害保険協会	金融庁	https://www.sonpo.or.jp/news/covid-19/index.html
		114		一般社団法人 日本クレジット協会	経済産業省	https://www.j-credit.or.jp/
115	公益社団法人 リース事業協会	経済産業省		https://www.leasing.or.jp/docs/guide20200529.pdf		
116	⑲物流、運送	鉄道連絡会（一般社団法人 日本民営鉄道協会・JR 等）	国土交通省	http://www.mintetsu.or.jp/association/news/2020/15261.html		
117		公益社団法人 日本バス協会	国土交通省	http://www.bus.or.jp/news/covid-19guideline_v2.pdf		
118		一般社団法人 全国ハイヤー・タクシー連合会	国土交通省	http://www.taxi-japan.or.jp/content/?p=article&c=3111&a=13		
119		一般社団法人 全国個人タクシー協会	国土交通省	http://www.kojin-taxi.or.jp/		
120		公益社団法人 全日本トラック協会	国土交通省	http://www.jta.or.jp/info/coronavirus_guideline.html		
121		日本内航海運組合総連合会	国土交通省	http://www.naiko-kaiun.or.jp/		
122		一般社団法人 日本旅客船協会	国土交通省	https://www.jships.or.jp/news_detail.php?id=7554		
123		一般社団法人 日本船主協会	国土交通省	http://www.jsanet.or.jp/covid-19/index.html		
124		一般社団法人 日本外航客船協会	国土交通省	http://www.jopa.or.jp/document/covid19-guidelines.pdf		
125		日本船舶代理店協会	国土交通省	https://www.sendaikyo.org/		

業種別ガイドラインについて

令和2年6月13日17時 更新

	業 種	団 体 名	担当省庁名	ガイドライン掲載 URL
126	⑱物流、運送	外航船舶代理店業協会	国土交通省	http://www.jafsa.jp/
127		定期航空協会一般社団法人 全国空港ビル事業者協会	国土交通省	http://teikokyo.gr.jp/ http://www.air-terminal.or.jp/
128		一般社団法人 日本旅行業協会 一般社団法人 全国旅行業協会	国土交通省	https://www.jata-net.or.jp/virus/ http://www.anta.or.jp/covid-19/
129		一般社団法人 日本倉庫協会	国土交通省	https://www.nissokyo.or.jp/index.php
130		一般社団法人 日本冷蔵倉庫協会	国土交通省	http://www.jarw.or.jp/
131		公益社団法人 全国通運連盟 一般社団法人 航空貨物運送協会 一般社団法人 国際フレイトフォワードーズ協会 日本内航運送取扱業海運組合	国土交通省	http://www.t-renmei.or.jp/ http://www.jafa.or.jp/ https://www.jiffa.or.jp/
132		全国トラックターミナル協会	国土交通省	http://www.zentakyo.jp/
133		日本郵便株式会社	総務省	https://www.post.japanpost.jp/
134		一般社団法人 日本港運協会	国土交通省	http://jhta.or.jp/docs/corona20200518.pdf
135	⑳製造業全般	一般社団法人 日本経済団体連合会	経済産業省	https://www.keidanren.or.jp/policy/2020/040.html
136		一般社団法人 日本造船工業会	国土交通省	https://www.sajn.or.jp/
137		一般社団法人 日本中小型造船工業会	国土交通省	http://www.cajs.or.jp/01detail.html?id=1451
138		一般社団法人 情報サービス産業協会	経済産業省	https://www.jisa.or.jp/
139	㉑オフィス事務全般	一般社団法人 日本経済団体連合会	経済産業省	https://www.keidanren.or.jp/policy/2020/040.html
140		一般社団法人 日本ビルヂング協会連合会	国土交通省	http://www.jboma.or.jp/
141	㉒企業活動、治安維持	一般社団法人 全国警備業協会	警察庁	http://www.ajssa.or.jp/
142		公益社団法人 全国ビルメンテナンス協会	厚生労働省	https://www.j-bma.or.jp/covid-19-guideline
143	㉓行政サービス	日本公証人連合会	法務省	http://www.koshonin.gr.jp/news/nikkoren/20200514.html

※上記のほか、学校、医療機関、社会福祉施設、社会体育施設、研究施設、建設業等については所管省庁においてガイドライン等を作成・公表。

「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

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

3つの密を 避けるための手引き!

- 新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐため、咳エチケット、手指衛生等に加え、**「3つの密(密閉・密集・密接)」**を避けてください。
- 3つの密が重ならない場合でも、リスクを低減するため、できる限り**「ゼロ密」**を目指しましょう。
- 屋外でも、密集・密接には、要注意。
人混みに近づいたり、大きな声で話しかけることなどは避けましょう。

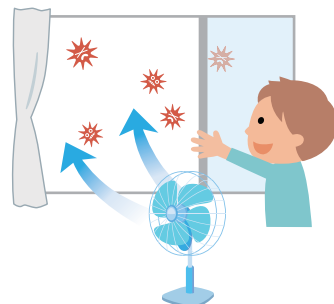


①「密閉」空間にしないよう、こまめな換気を!

「部屋が広ければ大丈夫」、「狭い部屋は危険」というものではありません。カギは「換気の程度」です。WHOも、空気感染を起こす「結核・はしかの拡散」と「換気回数の少なさ」の関連を認めています。

窓がある場合

- ・ 風の流れることができるよう、**2方向の窓を、1回、数分間**程度、**全開**にしましょう。換気回数は**毎時2回以上**確保しましょう。
- ・ 窓が1つしかない場合でも、入口のドアを開ければ、窓とドアの間に空気が流れます。扇風機や換気扇を併用したり工夫すれば、換気の効果はさらに上がります。



機械換気がある場合

- ・ 窓がない施設でも、建物の施設管理者は、法令により感染症を防止するために合理的な換気量を保つような維持管理に努めるよう定められています。
(注)ビル管理法により、不特定多数の方が利用する施設では、空気環境の調整により、一人当たり換気量(毎時約30m³)を確保するよう努めなければなりません。
- ・ したがって、地下や窓のない高所の施設であっても、換気設備(業務用エアコン等)によって換気されていることが通常のため、過剰に心配することはありません。
- ・ しかし油断は禁物です。換気量をさらに増やすことは予防に有効です。冷暖房効率は悪くなりますが、窓やドアを開けたり、換気設備の外気取入れ量を増やしましょう。また、一部屋当たりの人数を減らしましょう。
- ・ 通常の家用的エアコンは、空気を循環させるだけで、換気を行っていません。別途、換気を確保してください。また、一般的な空気清浄機は、通過する空気量が換気量に比べて少ないことから、新型コロナウイルス対策への効果は不明です。

乗り物の場合

- ・ 乗用車やトラックなどのエアコンでは、「内気循環モード」ではなく「**外気モード**」にしましょう。
- ・ 電車やバス等の公共交通機関でも、**窓開け**に協力しましょう。



②「密集」しないよう、人と人の距離を取りましょう!

- 他の人とは互いに手を伸ばして届かない十分な距離（**2メートル以上**）を取りましょう。

- スーパーのレジなどで列に並んでいるとき、前の人に近づきすぎないように注意しましょう。



- 飲食店の座席では、**隣の人と一つ飛ばしに座る**と、距離を確保しやすいです。

また、真向かいに座らず、**互い違いに座る**のも有効です。

店舗の責任者は、椅子の数や配置を工夫して、十分な距離を保ちましょう。



- エレベーターでは、多くの人が密集しがちです。混みあっているときは、一本遅らせましょう。また、健康のためにも、階の上下には階段の利用に努めましょう。

- 職場は、工夫してテレワークへ転換しましょう。導入に向けた支援策もあります。

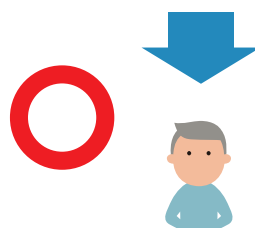


https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html#hatarakukata



③「密接」した会話や発声は、避けましょう!

- 密接した会話や発声は、ウイルスを含んだ飛沫を飛び散らせがちです。WHO は「5 分間の会話で 1 回の咳と同じくらいの飛まつ（約 3,000 個）が飛ぶ」と報告しています。
- 対面での会議や面談が避けられない場合には、**十分な距離を保ち**、マスクを着用しましょう。
- エレベーターや電車の中などでは、距離が近づかざるを得ない場合があります。**会話や、携帯電話による通話を慎みましょう。**
- 飲食店では、マスクを外す時間が長くなりがちです。外している間に飛沫が飛ぶことを抑えるには、例えば多人数での会食のように、大声にならざるを得ない催しは慎みましょう。家族以外の多人数での会食などは避けましょう。
注)「多人数」とは 10 人以上を想定していますが、なるべく少ない方が良いです。
- スポーツジムなど、多人数かつ室内で呼気が激しくなるような運動を行うことは避けましょう。
- 喫煙も、近くにいる人との「密」に、ことのほか注意して下さい。





感染症対策 へのご協力を お願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、
「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

①手洗い

正しい手の洗い方

手洗いの
前に

・爪は短く切っておきましょう
・時計や指輪は外しておきましょう

1



流水でよく手をぬらした後、石けんを
つけ、手のひらをよくこすります。

2



手の甲をのぼすようにこすります。

3



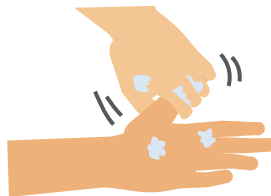
指先・爪の間を念入りにこすります。

4



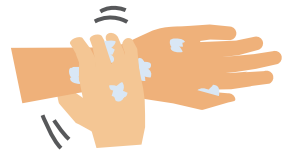
指の間を洗います。

5



親指と手のひらをねじり洗いします。

6



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

②咳エチケット

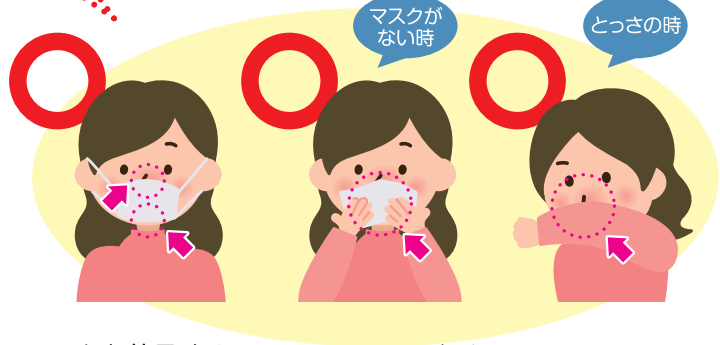
3つの咳エチケット

電車や職場、学校など
人が集まるところでやろう



何もせずに
咳やくしゃみをする

咳やくしゃみを
手でおさえる



マスクを着用する
(口・鼻を覆う)

ティッシュ・ハンカチで
口・鼻を覆う

袖で口・鼻を覆う

正しいマスクの着用



1 鼻と口の両方を
確実に覆う



2 ゴムひもを
耳にかける



3 隙間がないよう
鼻まで覆う

首相官邸
Prime Minister's Office of Japan

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

厚労省

検索



感染症対策へのご協力をおねがいします

！手洗い

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、
「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット^{せき}」です。

ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。

外出先からの帰宅時や**調理の前後**、**食事前**などこまめに手を洗います。

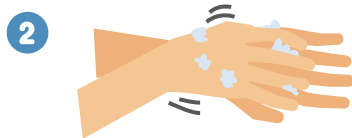
正しい手の洗い方

手洗いの
前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのばすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗いします。



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、
清潔なタオルやペーパータオルで
よく拭き取って乾かします。

首相官邸 Prime Minister's Office of Japan

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

厚生省

検索



新型コロナウイルスに関する

公共施設利用時の お願い



新型コロナウイルスの感染拡大防止にご協力をお願いします。

確認！

◎発熱などかぜ症状がある方は、施設への入場をお断りします。

◎3つの密を防ぐために入場者数の制限をすることがあります。

◎入場時に受付名簿に記入をお願いする場合がございます。

毎朝、体温を測り、健康チェックをし、37.0度以上の発熱または風邪症状がある場合は外出しないようにお願いします。

「密閉・密集・密接」しない！
「ゼロ密」を目指しましょう。

距離

人との間隔はできるだけ2m空けましょう！

マスク

会話をするときは、マスクを着用しましょう！

手洗い

こまめに手洗い・消毒をしましょう！

換気

1時間に2回以上、換気しましょう！

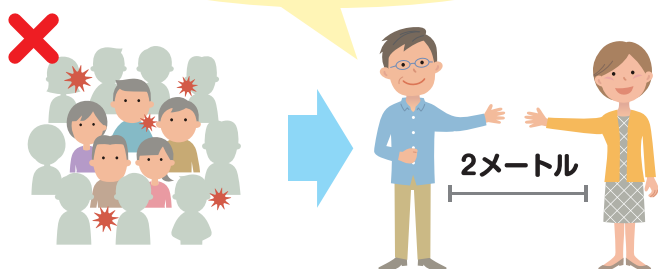
十日町市

十日町市新型コロナウイルス感染症対策本部
電話 025-757-3197

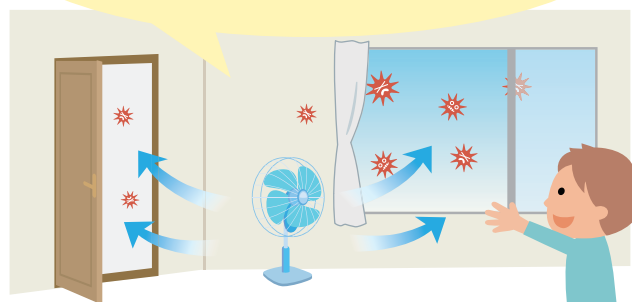
「密閉」「密集」「密接」しない!

●「ゼロ密」を目指しましょう。屋外でも、密集・密接には、要注意!

他の人と
十分な距離を取る!



窓やドアを開け
こまめに換気を!



屋外でも密集するような
運動は避けましょう!

少人数の散歩や
ジョギングなどは大丈夫

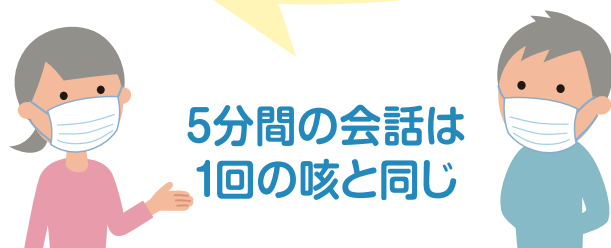


飲食店でも距離を取りましょう!

- ・ 多人数での会食は避ける
- ・ 隣と一つ飛ばしに座る
- ・ 互い違いに座る



会話をするときは
マスクをつけましょう!



5分間の会話は
1回の咳と同じ

電車やエレベーターでは
会話を慎みましょう!

