

# ぎふ感染症かわら版

令和2年5月14日 岐阜県感染症情報センター（岐阜県保健環境研究所）



この内容は2020年5月14日時点の情報です

## 新型コロナウイルス感染症の第2波を予防するために

県民の皆様の取組みにより、抑えこみの兆しがみえつつある新型コロナウイルスですが、その効果的な治療法及びワクチンは未だ無い状態です。感染者数が少なくなったことで対策を一気に緩めると感染が再燃し、これまでの努力が水泡に帰すおそれがあります。感染拡大の第2波を予防しながら社会活動を行うため、「新しい生活様式」を日常生活の中に取り入れていただくことが今後重要となります。

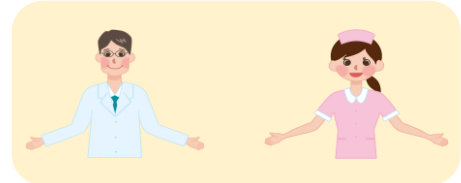
### (1) 一人ひとりの基本的感染対策

#### 感染防止の3つの基本

- 1、身体的距離を確保しましょう。
- 2、マスクを着用しましょう。
- 3、頻繁に手を洗いましょう。

#### 主な実践例

- ・人との間隔は、できるだけ2m（最低1m）空ける。
- ・症状がなくてもマスクを着用する。
- ・帰宅後の手洗い、洗顔や着替えを行う。



#### 移動に関する基本対策

- ・地域の感染状況に注意し、感染が流行している地域との往来は控えましょう。
- ・帰省はひかえめに。出張はやむを得ない場合に行いましょう。
- ・発症した時のために、誰とどこで会ったかをメモしておきましょう。

### (2) 日常生活を営むうえでの基本的生活様式

- ・まめに手洗いや手指消毒を行いましょう。
- ・咳エチケットを徹底しましょう。
- ・こまめに換気しましょう。
- ・身体的距離を確保しましょう。
- ・3密（密集・密接・密閉）を回避しましょう。
- ・毎朝の体温測定と健康チェックをしましょう。

（発熱又は風邪の症状がある場合は外出を控えましょう）



### (3) 日常生活の各場面別の生活様式

#### 買い物時の実践例

- ・通販も利用
- ・電子決済の利用
- ・すいた時間に小人数で済ます
- ・計画をたて素早く済ます
- ・展示品への接触は控えめに
- ・スペースを空けてレジに並ぶ



#### 食事の際の実践例

- ・テイクアウトや出前も利用
- ・できれば屋外空間を利用
- ・大皿は避け、会話は控えめに
- ・対面を避け、横並びに座る
- ・お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避ける



#### 娯楽や運動時の実践例

- ・ジョギングは小人数で
- ・すれ違う時は距離をとって
- ・狭い部屋での長居は避ける
- ・公園はすいた時間、場所を選ぶ
- ・筋トレ等は自宅での動画を活用
- ・歌や応援はオンラインか距離をとる



#### 公共交通機関利用時の実践例

- ・会話は控えめに
- ・混んでいる時間帯は避ける
- ・徒歩や自転車の利用も検討する

#### 冠婚葬祭など親族行事での実践例

- ・多人数での会食は避ける
- ・発熱等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、会議のオンライン化、時差出勤の推進
- ・名刺交換はできればオンラインで行い、対面での打合せ時は換気とマスク着用を励行
- ・オフィス環境を見直して3密を回避

#### ◆ 参考資料 (詳しくはこちらをご確認ください)

- ・「新型コロナウイルスを想定した「新しい生活様式」を公表しました(2020年5月4日)」厚生労働省  
[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431\\_newlifestyle.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_newlifestyle.html)

#### 新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口について (2020年5月14日時点での情報)

[https://www.pref.gifu.lg.jp/kinkyu-juyo-joho/shingata\\_corona\\_soudan.html](https://www.pref.gifu.lg.jp/kinkyu-juyo-joho/shingata_corona_soudan.html)

新型コロナウイルス感染症全般について、どこへ相談してよいかわからない方は、下記の県民総合相談窓口(コールセンター)へご連絡ください。

電話：058-272-8198

相談時間：8:30 から 17:15

(4月11日より当面の間、土日祝日も対応)

また、発熱等の症状が持続している場合は右の帰国者・接触者相談センターへご連絡ください。

(毎日(24時間(平日9:00から17:00以外は電話呼出対応))

#### 岐阜県内の帰国者・接触者相談センター

保健所	電話番号	FAX 番号
岐阜保健所	058-380-3004	058-371-1233
西濃保健所	0584-73-1111 (内線 273)	0584-74-9334
関保健所	0575-33-4011 (内線 360)	0575-33-4701
可茂保健所	0574-25-3111 (内線 358)	0574-28-7162
東濃保健所	0572-23-1111 (内線 361)	0572-25-6657
恵那保健所	0573-26-1111 (内線 258)	0573-25-1174
飛騨保健所	0577-33-1111 (内線 309)	0577-34-8327
岐阜市保健所	058-252-0393	058-252-0639



保育所や幼稚園、高齢者施設など、希望される施設に対して「ぎふ感染症かわら版」のメール配信もおこなっています。くわしくは岐阜県感染症情報センターホームページをご覧ください。

