

## 緊急事態宣言の期間延長を受けた本市の取り組みについて

本部長

政府の緊急事態宣言の期間延長と基本的対処方針の変更、これらに伴う宮城県の新たな緊急事態措置を受け、本市においても5月7日から31日までの適用期間において、県による以下の要請の周知等に取り組む。

### 1 外出の自粛要請等

- ・ 不要不急の帰省や旅行など、県境をまたいでの移動の自粛要請
- ・ 繁華街の接待を伴う飲食店等への外出の自粛要請
- ・ 三密（「密閉」「密集」「密接」）の回避や、手洗いや人と人との距離の確保など基本的な感染対策の継続（「新しい生活様式」の徹底）

### 2 職場における感染防止対策等に係る取組の要請

- ・ 事業者に対し、引き続き、在宅勤務、時差出勤、自転車通勤等の人との接触を低減する取組の協力依頼
- ・ 職場における感染防止の取組、三密を回避する行動の協力依頼

### 3 催物開催の自粛要請

- ・ クラスタ発生のおそれのある催物、三密のある集まりについては、開催自粛を要請
- ・ 全国的かつ大規模な催物等の開催は、中止又は延期といった慎重な対応を要請

### 4 施設における感染防止対策の徹底の要請

- ・ 施設管理者に対し、基本的な感染対策の徹底や施設類型に応じた対応を要請
- ・ 利用者が集中するおそれがあるときは、あらかじめ入場者の制限等の適切な対応を行うよう要請

## 「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せ
- 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