

# 今一度ご確認を！ 新型コロナウイルス感染症対策 ～人の移動が増える時期を迎えるにあたって～

## 特集

### はじめに

新型コロナウイルス感染症の北海道での発生から1年が経過しました。町民の皆さんには感染拡大防止の取組みに日々ご協力をいただき、改めてお礼申し上げます。

これまで町では、新型コロナウイルス感染症の影響を受けた中小企業への給付金や、感染拡大防止対策への補助、町内経済の活性化への事業、学生や妊産婦などへの応援事業、高齢者などへの支援事業を実施してきました。

今後も新型コロナウイルス感染症の状況を見極めながら、必要な対策に取り組みまいりますので、引き続き感染予防にご理解とご協力をお願いします。

今回の特集では、人の移動が増える卒業・入学シーズンを迎えるにあたって、改めて感染症拡大防止の対策について確認していきます。



### 「新しい生活様式」の実践を

■一人ひとりの基本的感染対策

①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、会話を避ける際は、可能な限り真正面を避けます。

②マスクの着用  
外出時や、屋内でも会話をすると、人との間隔が十分とれない場合は、症状がなくてもマスクを着用します。ただし、息苦しさや熱中症に十分注意します。

③手洗い  
家に帰ったらまず手や顔を洗います。人の多い場所に行った後は、できるだけすぐに着替えて、シャワーを浴びます。  
手洗いは30秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗います（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、体調管理と感染対策をより厳重にしましょう。



■テーブルやドアノブなどの物

に付着したウイルス対策

【熱水】

食器や箸などには、熱水でウイルスを死滅させることができます。

○使用方法

80℃の熱水に10分間さらします。

※やけどに注意してください。

【塩素系漂白剤（次亜塩素酸ナトリウム）】

テーブル、ドアノブなどには、市販の塩素系漂白剤の主成分である「次亜塩素酸ナトリウム」が有効です。「次亜塩素酸」の酸化作用などにより、ウイルスを破壊し、無毒化するものです。

○使用方法

市販の家庭用漂白剤を、次亜塩素酸ナトリウムの濃度が0.05%になるように薄めて拭き、その後、水拭きしましょう。

※目に入ったり皮膚についたりしないようご注意ください。

※酸性のものと混ぜると塩素ガスが発生して危険です。

※金属製のものに次亜塩素酸ナトリウムを使用すると、腐食する可能性があるので注意してください。

### 人権への配慮について

新型コロナウイルス感染症について、感染された方やご家族などに対する偏見や差別、SNS上における中傷など、心ない言動が全国で問題となっており、懸念されています。

新型コロナウイルス感染症に関する情報の中には、正確なものや事実と異なるものもあります。こうした情報が広がることは、人々の不安をおおるだけでなく、感染者の方々などへの差別や偏見を助長し、感染拡大防止の妨げにもなります。

町民の皆さんにおかれましては、町をはじめとする公的機関の情報を確認いただくとともに、一人ひとりが思いやりの気持ちを持って冷静に行動していただきますよう、ご理解とご協力をお願いします。

#### ■出典

厚生労働省ホームページ

北海道ホームページ

#### ■問い合わせ

清里町新型コロナウイルス対策本部

25-2131

### 感染予防のための 手洗いと消毒・除菌

飛沫に含まれる新型コロナウイルスや、手や身の回りのものに付着した新型コロナウイルスが、人の口や鼻、眼などから入って感染します。

感染を予防するためには、手洗いや身の回りのものに付着したウイルスの数を減らすことが有効です。

■手や指などのウイルス対策

手指は、石けんと流水による手洗いを行うことが最も重要です。

手指に付着しているウイルス量は、流水による15秒の手洗いで10分の1に、石けんで10秒もみ洗いしてから流水で15秒すすぐと1万分の1に減らすことができます。

手洗いがすぐできない状況では、アルコール消毒も有効です。

※清里アルコール66%は、同封の使用上の注意をよく読んでご使用ください。



- 日常生活を営む上での基本的生活様式
- 咳エチケットの徹底
- こまめに換気（エアコン併用で室温を28℃以下に）
- 「3密（密集、密接、密閉）」の回避
- 毎朝の体温測定、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
- 各場面別の生活様式
- 1人または少人数でお店のついた時間に
- 電子決済の利用
- 計画をたてて素早く済ませ
- レジに並ぶときは、前後の人と間隔をあけて
- 【公共施設などの利用】
- 会話は控えめに
- 混んでいる時間帯は避けて
- 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- 筋トレやヨガは、十分に人との間隔を。もしくは自宅で動画を活用
- すれ違うときは距離をとる
- 【食事】
- 持ち帰りや出前、デリバリーも
- 大皿は避けて、料理は個々に
- 対面ではなく横並びで座る
- 食事中はおしゃべりは控える

感染防止対策として、**北海道スタイル**の徹底をお願いします。

