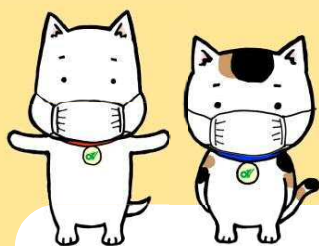


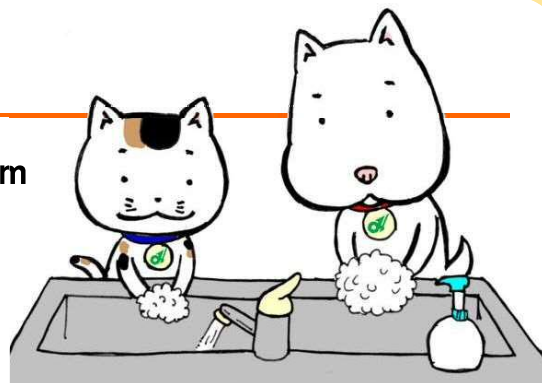
『新しい生活様式』の定着で 感染症に強い三重県に



新型コロナウイルス感染症の第2波・第3波に備え
感染症対策へのご協力をお願いします

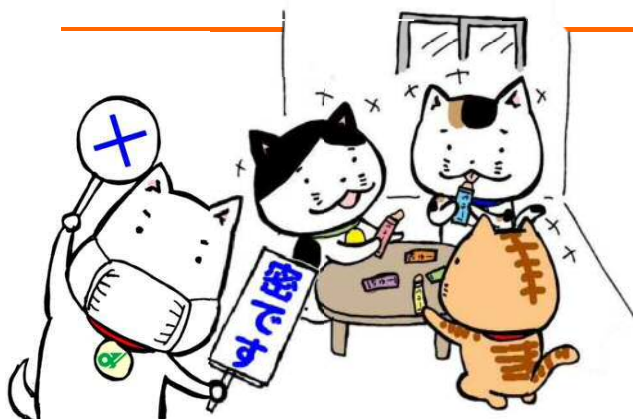
一人ひとりの感染対策

- **人との距離の確保** できるだけ2m・最低1m
- **マスク着用** 水分補給などで熱中症対策も
- **帰宅時にはまず手や顔を洗う**
手洗いは30秒程度かけて丁寧に
- **帰省や旅行は控えめに**
各地域の感染状況にも注意



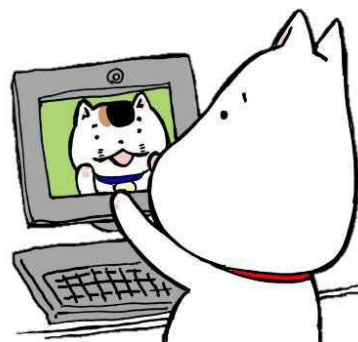
基本的な生活様式

- **咳エチケットの徹底**
- **毎朝体温測定・健康チェック**
発熱などあればムリせず自宅で療養
- **密集・密接・密閉の『3密』回避**
- **こまめに換気**



いろいろな場面での新スタイル

- **買い物** ・すいた時間に少人数で
・計画的に短時間で済まそう ・通販も活用
・レジの列は前後にスペースを取って
- **食事** ・大皿は避けて料理は個々に
・お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避ける
・持ち帰りや出前・デリバリーも利用
- **働き方** ・テレワークやローテーションで『3密』回避
・会議はオンラインで
・時差出勤でゆったりと



県内の新型コロナウイルス感染症に関する
最新情報は特設サイトをご確認ください。
<https://www.pref.mie.lg.jp/covid19.shtm>



き~ぼう

三重県
新型コロナウイルス
感染症対策本部



つむぎちゃん

できるだけ2メートル

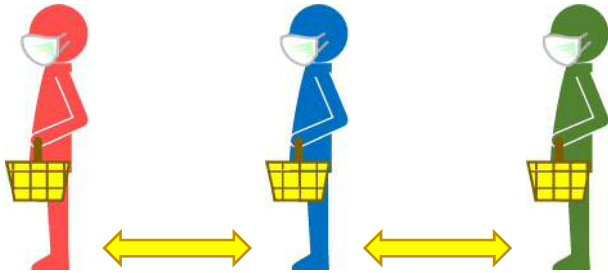
“き~ぼう”と“つむぎちゃん”は三重県動物愛護推進センターあすまいるのマスコットキャラクターです

新しい生活様式 を身に付けて 感染症に強く持続可能な 新しい三重県へ

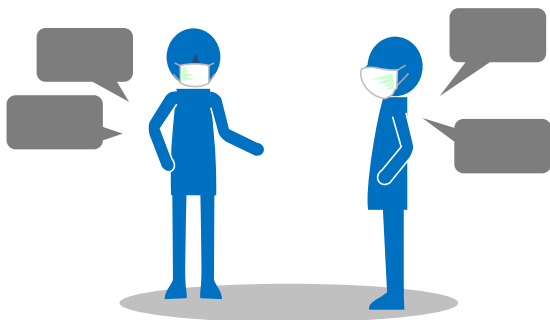
(1) 一人ひとりの基本的感染対策

- 感染防止の3つの基本 ～身体距離の確保、マスクの着用、手洗い～

- ☑ 人との間隔は、できるだけ2m(最低1m)あける



- ☑ 会話をするときは、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、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
ただし夏場は熱中症に注意



- ☑ 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
(手指消毒薬の使用でもOK)



- ☑ 高齢者や持病のある方(重症化リスクの高い方)と会うときは、体調管理をより厳重に

● 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
- ☑ 地域の感染情報に注意する

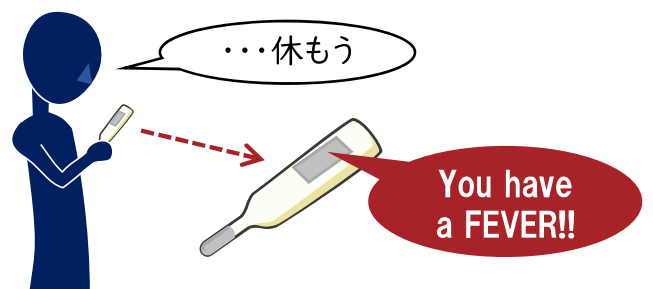


(2) 日常生活を営む上での 基本的な生活様式

- ☑ こまめに手洗い・手指消毒
- ☑ 咳エチケットの徹底 ☑ 身体的距離の確保
- ☑ こまめに換気(エアコン併用で室温を28℃以下に)
- ☑ 三つの『密』(密集、密接、密閉)の回避
- ☑ 一人ひとりの健康状態に応じた運動や食事、禁煙等、適切な生活習慣の理解・実行



- ☑ 毎朝体温測定、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



「新しい生活様式」を身に付けて 感染症に強く持続可能な新しい三重県へ

(3) 日常生活の各場面別の生活様式

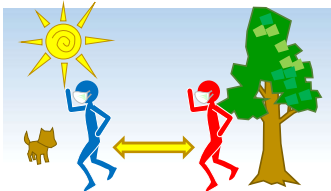
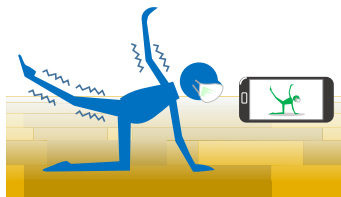
● 買い物

- ☑ 通販も利用
- ☑ 一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る
- ☑ サンプルなど展示品への接触はひかえめに
- ☑ レジに並ぶときは、前後にスペース



● 娯楽、スポーツ

- ☑ 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



- ☑ 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

- ☑ 会話はひかえめに
- ☑ 混んでいる時間は避けて
- ☑ 徒歩や自転車利用も併用



● 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、おしゃべりはひかえめに
- ☑ お酌、グラスやおちょこの回し飲みは避けて

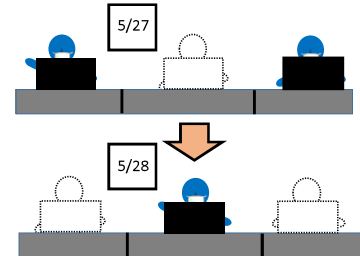
● イベント等への参加

- ☑ 接触確認アプリの活用を
- ☑ 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

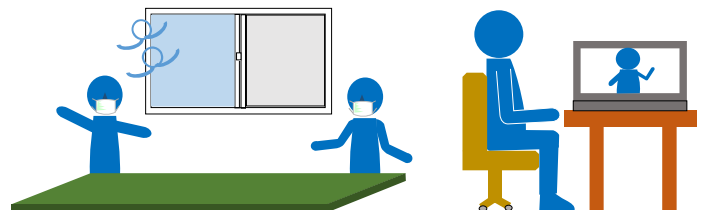


(4) 働き方の新しいスタイル

- ☑ 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
- ☑ 対面での打ち合わせは換気とマスク



お客様とスタッフを守るために ご協力をお願いします

お客様への お願い

1 マスクの着用をお願いします



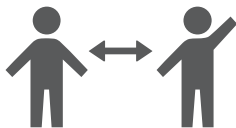
2 発熱等・体調不良の方は
来所を控えてください



3 手洗い・手指の消毒
をお願いします



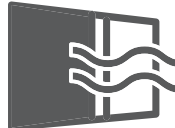
4 人と人との間隔を
空けてください



5 会話や食事は対面を
避けてください



6 換気等、各種取り組みへの
ご理解をお願いします



もし体調不良や
不安等がある場合は
無理をなさらず
すぐにスタッフへ
相談してください

教習所の 取り組み (一部・例)

1 マスクの
着用励行



2 体温測定等
体調の確認



3 手洗い励行
手指の消毒



4 ソーシャル
ディスタンスの確保



5 教習車の
換気と消毒



6 送迎車の
換気と消毒



7 学科教室の
換気と消毒



8 受付等の
換気と消毒



9 3密回避への
取り組み



スタッフやその家族に
体調不良や不安等
がある場合の
相談体制を
設けています



詳しくは
コチラから！

