

新型コロナウイルス感染拡大防止の徹底について

1. 不要不急の外出の自粛

感染者の急増を食い止めるためには、人の流れを徹底的に抑えることが重要です。不要不急の外出を自粛して自宅で過ごすこと、必要な外出も短時間で済ませるようにしましょう。自分自身が感染源となる可能性がありますので、体調不良を自覚した場合は、外出せず休養に努めましょう。

2. 会食・喫煙の自粛

会食・喫煙は、至近距離でマスクをはずした状態となるため、飛沫を通して感染するリスクが非常に高く、実際に感染拡大の主な原因となっています。屋内・屋外問わず会食・喫煙を慎むよう心がけてください。

3. マスク着用・手洗いうがいの徹底

「感染しない」「感染させない」の観点から、上記の外出の自粛のほか、身体的距離の確保、マスクの着用、手指衛生・うがいの徹底、3密（密閉・密集・密接）の回避、といった感染対策を引き続き徹底してください。感染力の強い変異株では3密がそろわない状況でもクラスターが発生しています。

特に、マスクなしの会話はたとえ1メートルの距離をおいても感染の恐れがあります。会話は必ずマスク着用の上、距離をおいて行ってください。

感染した場合、軽症であっても深刻な後遺症が残る場合があります。

自分や家族、友人の命や人生を守る行動をとるよう、賢明な判断と自覚をもってください。