

町民のみなさまへ 今一度、 感染症対策にご協力を！

新型コロナウイルス感染症のまん延により、医療機関がひっ迫し、通常の診療にも支障が出てきています。感染しても無症状の場合があります。「人にうつさない、自分もうつされない」を心がけてください。

● 一人ひとりができる感染対策

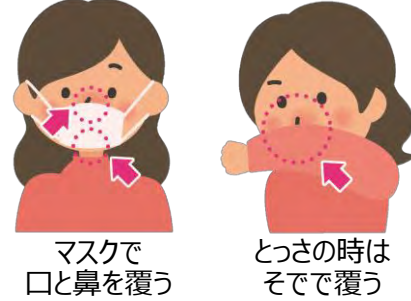
① 手洗い

目的：接触感染を防ぐ
方法：石けんやハンドソープを使う



② 咳エチケット

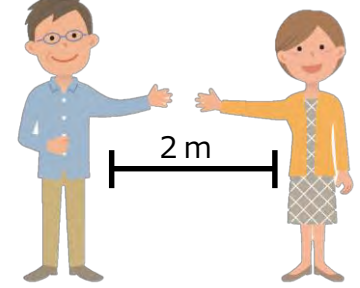
目的：飛沫感染を防ぐ
方法：マスクの着用など



※手で覆うのは接触感染のもと！

③ 距離の確保

目的：接触感染・飛沫感染を防ぐ
方法：2メートルくらい離れる



手を伸ばしても届かないくらいの距離

● 日常生活でできる感染対策

「3密」を避ける

接触感染や飛沫感染の

リスクが高い状況避けて！

① 換気の悪い 密閉空間



② 多数が集まる 密集場所



③ 間近で会話や 発声をする 密接場面



【買い物】

- ・一人もしくは少人数で、短時間で行う
- ・通販や共同購入を利用する

【交通機関】

- ・会話は控えめに
- ・混んでいる時間を避ける

【娯楽・スポーツ】

- ・すいた時間に利用する
- ・ジョギングは少人数で
- ・十分な距離をとる

【食事】

- ・テイクアウトやデリバリーを利用する
- ・対面ではなく横並びに座る
- ・共通の食器を使わない

【冠婚葬祭、飲み会】

- ・大人数での食事は避ける
- ・体調が悪い場合は参加しない

【職場】

- ・できるだけテレワークや時差出勤を行う
- ・会議はなるべくオンラインで

● 発熱などの症状が出たとき まずは電話で相談 してください。

- ・北海道新型コロナウイルス感染症 健康相談センター… ☎0800-222-0018(24時間/無料)
- ・東川町立診療所… ☎0166-82-2101(平日8:30-17:00)

～年末年始の感染拡大を防ぐために～

感染リスクが高まる「5つの場面」

出典：内閣官房 感染リスクが高まる「5つの場面」年末年始特設サイト

場面① 飲酒を伴う懇親会等

- ・飲酒の影響で気分が高揚すると同時に、注意力が低下する。
聴力も落ち、大きな声になりやすい。
- ・区切られた狭い空間に長時間・大人数が滞在するとリスクが高い。
- ・回し飲みや、箸などの食器の共用は感染のリスクが高い。



場面② 大人数や長時間におよぶ飲食



- ・長時間の飲食、接待を伴う飲食、深夜のはしご酒は、
短時間の食事と比べて感染リスクが高い。
- ・大人数（たとえば5人以上）の飲食では、大声になり
飛沫が飛びやすくなるため、感染リスクが高い。

場面③ マスクなしでの会話

- ・マスクなしで近距離で会話すると、飛沫感染やマイクロ
飛沫感染での感染リスクが高まる。

（感染例：昼カラオケ）

- ・車やバスで移動する際の車中でも注意が必要。



場面④ 狭い空間での共同生活



- ・長時間にわたり閉鎖空間が共有されるため、
感染リスクが高い
（例：寮の部屋やトイレなどの共用部分での感染）

場面⑤ 居場所の切り替わり

- ・仕事で休憩時間に入った時など、居場所が切り替わると
気のゆるみや環境の変化で感染リスクが高まることもある。
（例：休憩室、喫煙所、更衣室での感染）

仕事中は気を付けているが…

