

感染力の強いオミクロン株による 感染が続いています

まん延防止等重点措置は解除となりましたが、感染の収束はまだまだ見えてこない状況です。家庭内はもちろん、特に人が集まる場面では、人数制限の範囲内であっても、「ゼロ密」を目指して、より一層の感染対策の徹底をお願いします。

1. 基本的な感染対策の徹底

- 正しくマスクを着用し、できるだけ予防効果の高い不織布マスクを使用しましょう
- 3密の環境で感染リスクが高まります。1つの密でも避けて「ゼロ密」を目指しましょう
- 手洗いなどの手指消毒を徹底しましょう
- こまめな換気を行い、適度な湿度（40%以上）を保ちましょう
- 家庭内での感染が急増しています。家でも不織布マスクの着用や、換気、こまめな手洗いなど、家族全員で基本的な感染対策を徹底しましょう
- 外出は混雑している場所や、感染リスクの高い場所・時間を避けましょう
- 不要不急の都道府県間の移動は極力控えましょう
- 人が集まるイベントの開催にあたっては、人と人の距離をとるなど、より一層の感染対策を行いましょ

2. ワクチンの接種

- ワクチンには、感染や重症化を予防する効果がありますが、時間の経過とともに徐々に効果が低下しますので、接種券が届いたら早く、追加（3回目）接種をしましょう（集団接種会場が利用できます）
- 2回の接種が済んでいない方も、早めに接種をしましょう
- 5歳～11歳のワクチン接種が、3月12日から始まりますので、接種をご検討願います

3. 職場での感染対策

- 在宅勤務（テレワーク）、時差出勤等、人との接触を低減するように取り組みましょう
- 休憩室や更衣室、食堂等も含め、従業員同士の距離の確保や、複数人が触る箇所の消毒、換気の励行など、職場での感染対策を徹底しましょう

4. 特に飲食の場合は注意

- 感染対策が徹底されている飲食店を利用しましょう
- 会食の際は、4人以下、2時間以内で、会話の時にはマスク着用を徹底しましょう
- 家庭での飲食は、黙食や部屋・時間を分ける個食などの工夫をしましょう

5. 体調が悪いとき・いつもと違うとき

- いつもと体調が違うと感じた場合は、早めに医療機関を受診しましょう
- 少しでも症状がある場合は、発熱がなくても、通勤・通学・外出等を控えましょう