

「新しい生活様式」取り入れ、感染症に強い職場に！

これまで県内での発生したクラスター（感染集団）は4か所。すべて職場で発生しており、職場においても、感染防止対策の一層の強化を図っていかねばなりません。

国の専門家会議が、手洗いや人と人の距離の確保、「三つの密」を徹底的に避けるなど基本的感染対策を徹底し、感染を予防する「新しい生活様式」を提言しています。

事業所の皆様におかれては、従業員やご家族、お客様を守るため、次のように、「新しい生活様式」を積極的に取り入れながら、感染症に強い職場づくりを進めてください。

- 手洗い、手指消毒、咳エチケット、マスク着用など基本的感染対策を徹底
- 従業員の健康管理を徹底し、発熱や症状のある従業員は休ませる（出勤免除など）
- テレワーク（在宅勤務）やローテーション勤務の導入
- 時差通勤でゆったりと
- オフィスはひろびろと（ランチ時などは対面を避ける）
- 会議はオンライン
- 名刺交換はオンライン
- 対面での打合せは換気とマスク
- お客様が接触しない、「三つの密」に近い状況が生じないような売り場等の運営

お客様におかれても、感染しやすい場が生じないように、混雑する場や時間帯は避けるなど、ご協力をお願いします。

なお、福島市でも、次の「五つの柱」で職場の密度削減を進めています。ご参考まで。

◇福島市における職場の密度削減のための「五本の柱」

- (1) 在宅勤務
- (2) 時差出勤
- (3) 密度分散ワーク（空き会議室等を活用）
- (4) 年次有給休暇取得の奨励
- (5) 週休日振替の実施

→上記の五つの働き方による職員体制を整え、職場の密度5割削減を目指す！

◇テレワーク相談センター（厚生労働省）

TEL 0120-91-6479

※9時～17時（土日祝を除く）



「新しい生活様式」の実践例

(1) 一人ひとりの基本的感染対策

感染防止の3つの基本：①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い

- 人との間隔は、できるだけ2m（最低1m）空ける。
- 遊びにいくなら屋内より屋外を選ぶ。
- 会話をする際は、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は、症状がなくてもマスクを着用
- 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洗う（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、体調管理をより厳重にする。

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。
- 帰省や旅行はひかえめに。出張はやむを得ない場合に。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。
- 地域の感染状況に注意する。

(2) 日常生活を営む上での基本的生活様式

- まめに手洗い・手指消毒 咳エチケットの徹底 こまめに換気
- 身体的距離の確保 「3密」の回避（密集、密接、密閉）
- 毎朝で体温測定、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



(3) 日常生活の各場面別の生活様式

買い物

- 通販も利用
- 1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す
- サンプルなど展示品への接触は控えめに
- レジに並ぶときは、前後にスペース

公共交通機関の利用

- 会話は控えめに
- 混んでいる時間帯は避けて
- 徒歩や自転車利用も併用する

娯楽、スポーツ等

- 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- 筋トレやヨガ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

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、おしゃべりは控えめに
- お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避けて

冠婚葬祭などの親族行事

- 多人数での会食は避けて
- 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 名刺交換はオンライン 対面での打合せは換気とマスク

※ 業種ごとの感染拡大予防ガイドラインは、関係団体が別途作成予定