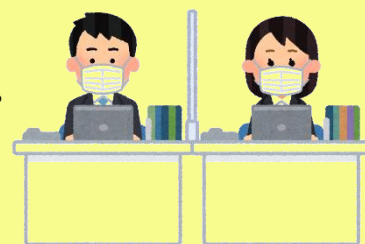


市中感染を防ぐために

南アフリカで確認されたオミクロン株は、WHO が最も警戒レベルが高い「懸念される変異株（VOC）」に指定しており、デルタ株よりも感染しやすい可能性があると考えられています。12月16日以降、空港検疫以外でオミクロン株への感染が確認されており、年末年始で人流も増えるなか、国内でさらに感染が広がる可能性があります。市中感染を防ぐため、生活の各場面における感染予防対策をお願いします。

職場における感染対策

- ◆ 職場についたら**まずは手洗い**。
- ◆ 特に**会話中、会議中は必ずマスクをつける**。
- ◆ 少人数で向かい合わずに食べる。**飲食中は会話をしない**。
- ◆ **喫煙所での会話を控える**。
- ◆ 職場内の換気

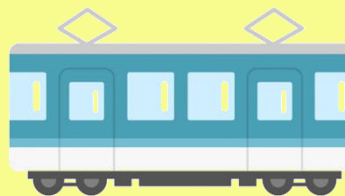


離れた 2 方向の窓を 30 分に 1 回以上、数分間開放して換気する。

湿度は **40%以上**を維持。

電車やバス内における感染対策

- ◆ **マスクの着用**
- ◆ **大声を出さない**
- ◆ **つり革や手すりに触れた後の注意**



走行中は危険なので、立つ場合はつり革や手すりにつかまるが、つかまった手はウイルス等で汚染する可能性があるため、手指衛生をするまでその手で自分の顔（目・鼻・口）に触らない。

買い物における感染対策

◆マスクの着用

◆混雑する時間や場所を避ける

できるだけ店がすいている時間に利用し、
混雑する売り場やレジを避け、ほかの人との距離が保てる環境を意識する。

◆手指衛生していない手で顔（目・鼻・口）を触らない。

様々なものを手にする買い物中は、手がウイルスなどで汚染しているため、
手指衛生する前の手で顔を触らない。

◆買い物袋、エコバッグ

商品を入れた買い物袋は捨てる。あるいはしばらくの期間放置する。
洗濯可能なエコバッグは定期的に洗濯する。



外食等における感染対策

◆体調不良時に外食をしない

別のテーブル客からの感染より、テーブルを一緒にする客同士の感染が多い。

◆飲食前の手指衛生

◆食事中は静かに

食べるときは静かに、話すときはマスクをつける。

◆大皿は清潔な箸で取り分ける

感染者がいた場合、箸に付着する唾液で感染の危険あり。

コップの飲み回しなども危険。

◆他のテーブルへ不要な接触をしない

感染者がいた場合、感染を広げる可能性がある。

席移動はできるだけ制限する。

