

更新日: 2022年10月5日

基本的な感染対策(皆様へのお願い) | 新型コロナウイルス感染症

<このページの主な更新情報>

- 10月5日:「皆さまへのご協力のおお願い」を更新

皆さまへのご協力のおお願い

市民の皆さまへ

1 基本的な事項

(1)ワクチン接種した方も含め、「三つの密」(密閉空間、密集場所、密接場所)の回避、「マスク(不織布マスクを推奨)の着用」、「手洗い等の手指衛生」、「換気」等の基本的な感染防止対策を徹底してください。エアロゾル感染を防ぐためにも、特に、換気を徹底してください。

(2)マスクの着用に関する考え方は、以下のとおりです。

次についてはマスクの着用を推奨します。

- 屋内において、他者と身体的距離(2メートル以上を目安)が取れない場合
- 屋内において、他者との身体的距離が取れるが会話を行う場合(十分な感染防止対策を講じている場合は外すことも可)
- 屋外において他者と距離が取れず会話を行う場合
- 高齢者との面会や病院内などハイリスク者と接する場合

次についてはマスクの着用を必要としません。特に屋外においては、夏場については、熱中症予防の観点から、マスクを外すことを推奨します。

- 屋内において、他者と身体的距離が取れて会話をほとんど行わない場合
- 屋外において、他者と身体的距離が確保できる場合
- 屋外において、他者と距離が取れない場合であっても会話をほとんど行わない場合

子どものマスク着用については、次の点を考慮します。

- 乳幼児(小学校に上がる前の年齢)のマスク着用には注意が必要であり、特に2歳未満では推奨されないこと
- 2歳以上の就学前の子どもについても、本人の体調がすぐれず持続的なマスクの着用が難しい場合は、無理に着用する必要はなく、マスクを着用する場合は、保護者や周りの大人が子どもの体調に十分注意した上で着用すること

(3)ワクチン接種を希望する方は、市が設置している接種会場等において、早期の接種に努めてください。特に高齢者等の重症化リスクのある方は、積極的に接種を検討してください。若い世代においても、重症化等から自身を守るために、早めの接種を検討してください。

(4)電車・バス・タクシー等の公共交通機関を利用する際は、マスクを着用し、大声での会話を控えてください。

(5)自身が陽性者になり、自宅療養する場合に備え、日頃から解熱剤や食料、日用品などを備蓄しておいてください。

2 外出・移動

(1)外出にあたっては、ワクチンを接種された方を含め、マスクを着用し、訪問先での手指消毒や検温等を行ってください。

目的地の感染状況、利用する施設の感染防止対策をよく確認して行動してください。特に、高齢者や基礎疾患のある方及びこれらの方と日常的に接する人は慎重に行動してください。

(2)発熱等の症状がある場合は、外出を避け、高齢者等の重症化リスクの高い方は積極的に医療機関を受診し、検査を受検してください。


重症化リスクの低い方は、抗原定性検査キット等を活用して自身で検査を行い、陽性の場合は陽性者登録センターに登録してください。

3 飲食

(1)飲食店の利用にあたっては、以下の内容を徹底してください。

- 県の第三者認証を受けた感染防止認証店(注)をはじめ、業種別ガイドラインを遵守している飲食店等を選び、感染対策が徹底されていない飲食店等の利用を自粛してください。

(注) 感染防止認証店とは、感染防止対策の認証基準全てを満たし、県が確認・認証した飲食店

- 飲食店利用における感染リスクを低減するため、別添1「[感染リスクを避ける飲食店の利用について](#)」(66kbyte)  を遵守してください。

(2)飲酒を伴う会食は、気分の高揚、注意力の低下により大声になりやすいため、長時間の会食を避けてください。(個人宅等での会食を伴う集まりも含む)

(3)会話の際は、マスクを着用し、大声を出さないでください。(個人宅等での会食を伴う集まりも含む)

(4)感染防止対策が徹底されていない路上・公園等における集団での飲食は、感染リスクが高くなるため、自粛してください。

4 カラオケ設備の利用

(1)歌唱の際はマスクを着用し、人との距離を2m以上確保してください。

(2)マイク等は、利用する者が変わる都度消毒を行ってください。

(3)座席の間隔を1m以上確保し、正面の着座は避けてください。

5 イベントの参加

(1)イベントの感染防止対策を事前に確認し、対策が不十分な場合には参加を控えるなど、慎重に行動してください。

(2)入退場時などは、イベント主催者等の指示に従い、密集を回避してください。

(3)飲食を伴うイベントでは、感染リスクを下げるため、飲食専用エリア等を利用してください。

(4)イベント前後の活動においても基本的な感染対策を徹底してください。

6 無料検査の受検(特措法第24条第9項)

ワクチン接種の有無に関わらず、感染リスクが高い環境にある等のため感染不安を感じる無症状の方は、検査を受けてください。

(注)検査場所の最新情報は県ホームページに掲載又はコールセンターで案内しています。

(注)発熱等の症状がある場合は、医療機関等を受診してください

催物(イベント・集会等)の取扱いについて

1 催物(イベント・集会等)の開催制限(特措法第24条第9項)

※ 詳細は別添2「催物の開催制限等について」(2,069kbyte)  のとおり。

詳しくは、福岡県ホームページ(催物(イベント等)における感染防止対策の徹底をお願いします)をご覧ください。

事業者の皆さまへ(飲食店を含む)

1 業種別ガイドラインを遵守してください。(特措法第24条第9項)

2 飲食店や宿泊施設は、感染防止対策に取り組んでいることを客観的に示すことができる「感染防止認証マーク」の取得に努めてください。

3 職場への出勤等

(1)在宅勤務(テレワーク)の活用、時差出勤、自転車通勤等の人との接触を低減する取組みを行ってください。

(2)「三つの密」や「感染リスクが高まる「5つの場面」」等を回避してください。

特に、「居場所の切り替わり」(休憩室、更衣室、喫煙室等)に注意するよう周知してください。感染対策の徹底のため、ビル管理者等はCO2センサー等により換気の状態を確認すること。

(3)感染防止のための取組を徹底してください。

(4)自社の従業員に対し、職場の内外を問わず感染防止対策の徹底を呼びかけてください。感染防止対策が徹底されていない飲食店の利用を控えるように求めてください。

(5)ワクチン接種を希望する自社の従業員が円滑に接種できるよう、勤務上の配慮に努めてください。

(6)自社の従業員に対し、自宅等で療養を行う際の医療機関の診断書や療養期間終了後の職場復帰のため検査陰性の証明書等の提出を求めないでください。

4 高齢者施設等に対する要請

高齢者施設等における基本的な感染防止対策を「介護現場における感染対策の手引き」をもとに再確認するとともに、以下の取組を積極的に進めてください。

(1)県等が実施している無料検査事業を活用し、職員の受検を促してください。(特措法第24条第9項)

(2)通所介護事業所等の利用者に対する健康状態の確認や、マスク着用、手指消毒などの感染防止対策の徹底を図ってください。特に、入所施設と併設する通所介護事業所については、職員や動線の分離の徹底など入所施設への感染拡大を防止するための対策に取り組んでください。

(3)施設内での感染者の療養や感染した入所者が退院した場合に備えて、病状の急変など緊急時の対応について、嘱託医や協力医療機関との情報共有、連携方法などを再確認してください。また、感染した入所者が退院基準を満たした場合は、元の高齢者施設等が迅速かつ適切に受け入れてください。

(4)面会者からの感染を防ぐため、感染が拡大した場合は、オンラインによる面会の実施も含めて対応を検討してください。

(5)職員に発熱等の症状が認められる場合は、当該職員が出勤しないよう徹底してください。

(6)陽性者が出た場合には、施設のゾーニングや介助時の留意点等に関して感染症専門医等からの指導・助言を受け、適切に対処してください。

(7)希望する入所者等へのワクチン接種を速やかに実施してください。

(8)施設で陽性者が出た場合に備え、国や県が作成した動画等を活用し、職員に対する研修を行ってください。

(9)管理者は、日頃から職員の健康管理に留意するとともに、職員が職場で体調不良を申しやすい環境づくりに努めてください。

補足情報

Withコロナにおいて健康をまもるためにできること

新型コロナウイルス感染症流行下においても、毎日ご自身の体調を確認することは、健康管理の観点で重要です。

Withコロナにおいて
健康をまもるためにできること

健康に関するセルフケアをしましょう

- マスクを着用する
- 手洗いを徹底する
- 咳エチケットを守る
- 密集・密着・密閉の場所を避ける
- 体調不良を感じたら、速やかに医療機関を受診する

新型コロナウイルスの重症化リスクをどうおぼやかせますか？

- 高齢者
- 基礎疾患がある
- 免疫抑制剤を服用している
- 妊娠中
- 肥満
- 喫煙
- 糖尿病
- 腎臓病
- 心臓病
- がん
- 血液透析
- 臓器移植
- 免疫抑制剤を服用している
- 免疫抑制剤を服用している
- 免疫抑制剤を服用している
- 免疫抑制剤を服用している

新型コロナウイルス感染したかもと思ったら、
66歳以上の高齢者など重症化リスクがある方は、
発熱外来を御診しましょう

Withコロナにおいて健康をまもるためにできることリーフレット (254kbyte)

感染防止認証制度

福岡県が定める感染防止対策の認証基準をすべて満たした飲食店に対し、感染防止認証マーク及び認証書を発行しています。

詳しくは [福岡県ホームページ\(感染防止認証制度について\)](#) をご覧ください。

※感染防止認証マーク認証済店舗・施設検索は [こちら\(福岡県ホームページ\)](#)

各種チラシ・リーフレット

• [新型コロナウイルス感染症の予防のポイント\(令和2年10月30日改訂\)\(181kbyte\)](#)

• [やさしい日本語版 \(583kbyte\)](#)

• [英語版\(English\) \(206kbyte\)](#)

- ・ マスクなしに近距離で会話することで、飛沫感染やマイクロ飛沫感染での感染リスクが高まる
- ・ マスクなしでの感染例としては、昼カラオケなどでの事例が確認されている。
- ・ 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

- ・ 狭い空間での共同生活は、長時間にわたり閉鎖空間が共有されるため、感染リスクが高まる。
- ・ 寮の部屋やトイレなどの共用部分での感染が疑われる事例が報告されている。

場面5 居場所の切り替わり

- ・ 仕事での休憩時間に入った時など、居場所が切り替わると、気の緩みや環境の変化により、感染リスクが高まることがある。
- ・ 休憩室、喫煙所、更衣室での感染が疑われる事例が確認されている。

消費者としてご注意いただきたいこと(消費者庁ホームページ)



福岡市役所

〒810-8620 福岡市中央区天神1丁目8番1号 [\[地図・福岡市役所へのアクセス\]](#)

代表電話: 092-711-4111

市役所開庁時間: 午前8時45分～午後6時

各区役所の窓口受付時間: 午前8時45分～午後5時15分(土・日・祝日・年末年始を除く)

[\[組織一覧・各課お問い合わせ先\]](#)

[このサイトについて](#)

[リンク・著作権等](#)


[サイトマップ](#)


[行政機関等リンク集](#)

[個人情報の取り扱いについて](#)


[音声読み上げについて](#)

[アクセシビリティについて](#)

・中国語版(中文) (271kbyte) 

・韓国語版(한글) (670kbyte) 

→施設・店舗等で掲示するなどしてご活用ください。

・屋外・屋内のマスク着用について(厚生労働省リーフレット) (332kbyte) 

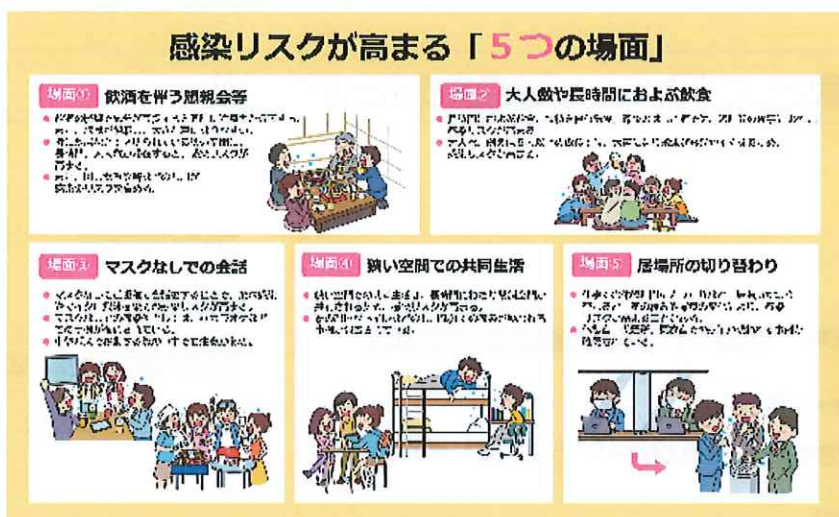
・「withコロナ時代の」新たな日常生活実践例(令和2年10月30日更新) (235kbyte) 

注意いただきたいこと (国の分科会の提言より)

国の新型コロナウイルス感染症対策分科会より、**感染リスクが高まる「5つの場面」**、「**感染リスクを下げながら会食を楽しむ工夫**」が政府への提言としてまとめられています。

感染リスクが高い行動を避け、引き続き、感染拡大防止にご協力をお願いいたします。

感染リスクが高まる「5つの場面」



感染リスクが高まる5つの場面 (813kbyte) 

場面1 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。また、聴覚が鈍麻し、大きな声になりやすい
- ・特に敷居などで区切られている狭い空間に、長時間、大人数が滞在すると、感染リスクが高まる。
- ・また、回し飲みや箸などの共用は感染のリスクを高める。

場面2 大人数や長時間におよぶ飲食

- ・長時間におよぶ飲食、接待を伴う飲食、深夜のはしご酒では、短時間の食事に比べて、感染リスクが高まる。
- ・大人数、例えば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、感染リスクが高まる。

場面3 マスクなしでの会話

With コロナにおいて

健康をまもるためにできること

新型コロナウイルス感染症流行下においても、毎日ご自身の体調を確認することは、健康管理の観点で重要です。

健康に関するセルフケアをしましょう



※災害時にも有用です

-準備しておくといもの-

- 体温計
- 薬（常用している薬、解熱鎮痛薬等）
- 検査キット（【体外診断用医薬品】又は【第1類医薬品】と表示）
- 日持ちする食料（5～7日分程度を目安）
- 居住地の健康フォローアップセンター及び受診・相談センター等の情報
- 近隣の診療検査医療機関の情報

検査キットを購入する際の留意点はこちら



健康手帳



健康の保持・増進のために日常から気をつけること
※詳細は健康手帳をご覧ください。

- ✓ 適切な食生活を目指そう
- ✓ 適度な運動をしよう
- ✓ 十分な睡眠をとろう
- ✓ 禁煙しよう
- ✓ お酒と上手に付き合おう

新型コロナ
感染予防情報



引き続き感染予防のために気をつけること

- ✓ 毎体温温を測るなど自己管理をしましょう
- ✓ 手洗い等感染予防対策を徹底しましょう
- ✓ 新型コロナワクチンを接種しましょう

新型コロナ
ワクチン情報



新型コロナの重症化リスクをご存じですか？

◆以下の項目に該当する方は重症化リスクが高いと考えられます。日頃からチェックしておきましょう。

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 65歳以上である | <input type="checkbox"/> 妊娠している |
| <input type="checkbox"/> 喫煙歴がある | <input type="checkbox"/> 慢性呼吸器疾患（COPD等）と診断されている |
| <input type="checkbox"/> 肥満（BMI30以上） | <input type="checkbox"/> 糖尿病と診断されている |
| <input type="checkbox"/> 脳血管疾患と診断されている | <input type="checkbox"/> 脂質異常症と診断されている |
| <input type="checkbox"/> 高血圧と診断されている | <input type="checkbox"/> 慢性腎臓病と診断されている |
| <input type="checkbox"/> がんと診断されている | <input type="checkbox"/> 心血管疾患と診断されている |
| <input type="checkbox"/> 免疫機能の低下の可能性があると診断されている（※） | |

（※）臓器の移植、免疫抑制剤、抗がん剤等の使用その他の事由による

◆各自治体で重症化リスクを示していることがあります。

免疫機能の低下の可能性があると医師から診断されている方。

新型コロナ感染したかと思ったら・・・？

**65歳以上の高齢者など重症化リスクがある方は、
発熱外来を受診しましょう**

重症化リスクがない方については健康フォローアップセンターに連絡してすばやく療養を開始することができます

健康フォローアップ
センター情報



感染リスクが高まる「5つの場面」

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。また、聴覚が鈍麻し、大きな声になりやすい。
- 特に敷居などで区切られている狭い空間に、長時間、大人数が滞在すると、感染リスクが高まる。
- また、回し飲みや箸などの共用が感染のリスクを高める。



場面② 大人数や長時間におよぶ飲食

- 長時間におよぶ飲食、接待を伴う飲食、深夜のはしご酒では、短時間の食事と比べて、感染リスクが高まる。
- 大人数、例えば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、感染リスクが高まる。



場面③ マスクなしでの会話

- マスクなしに近距離で会話をすることで、飛沫感染やマイクログ飛沫感染での感染リスクが高まる。
- マスクなしでの感染例としては、屋カラオケなどでの事例が確認されている。
- 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

- 狭い空間での共同生活は、長時間にわたり閉鎖空間が共有されるため、感染リスクが高まる。
- 寮の部屋やトイレなどの共用部分での感染が疑われる事例が報告されている。



場面⑤ 居場所の切り替わり

- 仕事での休憩時間に入った時など、居場所が切り替わると、気の緩みや環境の変化により、感染リスクが高まることがある。
- 休憩室、喫煙所、更衣室での感染が疑われる事例が確認されている。

