

市民の皆様へ

## 新型コロナウイルス感染防止対策にかかる南相馬市長メッセージ

市民の皆様におかれましては、日頃より、「新しい生活様式」の徹底と継続にご理解とご協力をいただいておりますこと、御礼を申し上げます。

国内では、ここ数日、新型コロナウイルス感染症の新規感染者数が急激に増加しています。11月11日(水)が1,546人、11月12日(木)が1,661人となっており、全国各地で過去最多を更新している状況です。市内でも、11月に入り2名の新たな陽性患者が確認されています。

経済を動かし、人と人とのつながりや地域活動を再開する「with コロナ」の中で、一定程度の感染者が発生することも想定しておかなければなりません。しかしながら、年末年始を見据えた中で、市内での感染者急増をなんとかしても防ぎたいと考えています。

今後、寒さや乾燥が進むにつれて、ますます感染のリスクが高まることが懸念されることから、マスクの着用や手洗い・手指消毒に加え、市民の皆さまには、以下の3点についてお願いを申し上げます。

1. 注意力の低下や気が緩みやすい「5つの場面」にご注意下さい。感染リスクが高まります。
  - 飲食を伴う懇親会等
  - 大人数や長時間におよぶ飲食
  - マスクなしでの会話
  - 狭い空間での共同生活
  - 仕事から休憩室、喫煙所、更衣室等への居場所の切り替わり
2. 会食の際には、「飲食は少人数・短時間で」、「席の配置は斜め向かいに」、「ガイドラインを遵守したお店で」など、裏面の「感染リスクを下げながら会食を楽しむ工夫」を参考に、感染リスクを下げながら楽しむようにして下さい。
3. 換気（定期的な換気、室温が下がりすぎる場合には常時少しだけ窓を開けるなど）と加湿（加湿器の使用や洗濯物の室内干しなど（湿度50%～60%程度を目安に））を心がけて下さい。

最後にもう一つ。新型コロナウイルス感染症は誰もがどこでも感染する可能性があります。自分もいつ感染してもおかしくないと考え、感染者のみならず、医療従事者はじめ市民の健康や暮らしを支えている方々及びその家族などに対し、思いやり、支えあいの気持ちを持っていただきますようお願いいたします。

令和2年11月13日 午後2時00分現在

南相馬市長 門馬和夫

# 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

- 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もある。
- 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。



# 感染リスクを下げながら会食を楽しむ工夫

## 利用者が留意すること

飲酒をするのであれば、

少人数・短時間で、

なるべく普段一緒にいる人と、

深酒・はしご酒などはひかえ、適度な酒量で

箸やコップは使い回さず、一人ひとりで



座の配置は斜め向かいに（正面や真横はなるべく避ける）

食事の際に、正面や真横に座った場合には感染したが、斜め向かいに座った場合には感染しなかった報告事例あり。

会話する時はなるべくマスク着用

フェイスシールド・マウスシールドはマスクに比べ効果が弱いことに留意が必要。

換気が適切になされているなどの工夫をしている「ガイドライン」を遵守したお店で

体調が悪い人は参加しない

## お店が留意すること

お店は「ガイドライン」の遵守を

例えば、従業員の体調管理やマスク着用、席ごとのアクリル板の効果的な設置、換気と組み合わせた適切な扇風機の利用などの工夫など。

利用者に上記の留意事項の遵守や、接触確認アプリ（COCOA）のダウンロードを働きかける

## 新型コロナウイルス接触確認アプリ(COCCA)

iPhoneの方はこちら



Androidの方はこちら



### 【飲酒の場面も含め、全ての場面でこれからも引き続き守ってほしいこと】

基本はマスク着用や三密回避。室内では換気を良くして

集まりは、少人数・短時間にして

大声を出さず会話はできるだけ静かに

共用施設の清掃・消毒、手洗い・アルコール消毒の徹底を

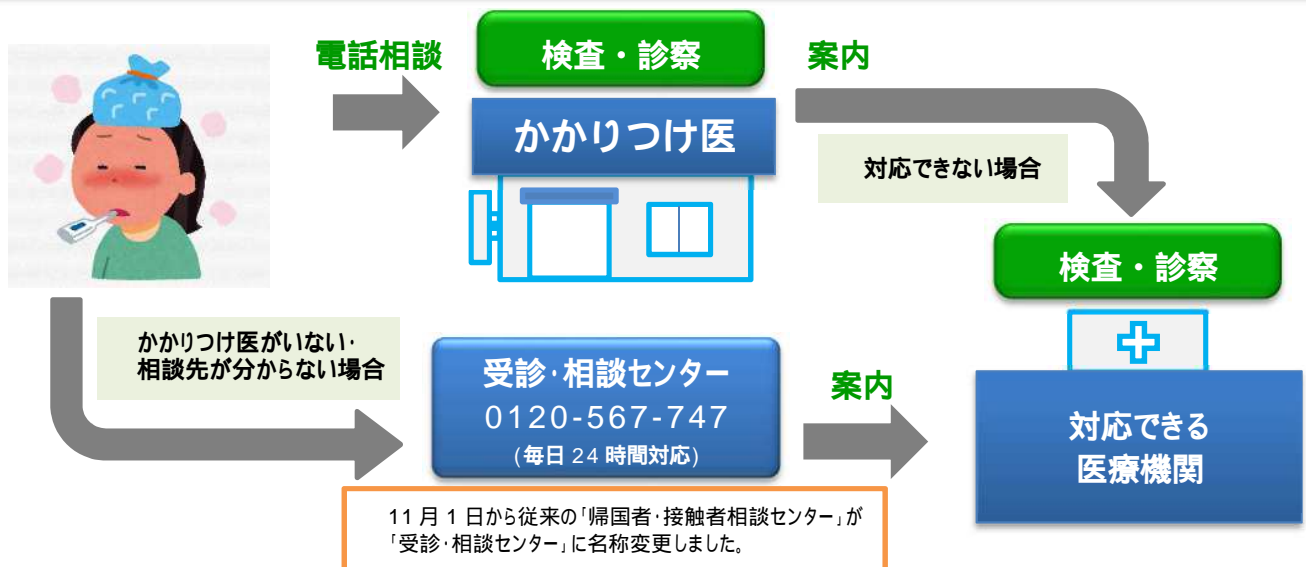
# インフルエンザ同時流行期における 相談窓口のお知らせ

～発熱等の症状がある方は、受診前にはまず『電話相談』を～

季節性インフルエンザの流行期では、毎年、多数の発熱患者が発生しており、発熱等の症状がある方に対して、適切に相談・診療等ができるよう、国・県の方針を踏まえて、11月から、発熱等の症状がある方の相談先は、原則として「かかりつけ医」に変更となりました。

なお、「かかりつけ医」がない方、または、どこに相談してよいか分からない方は、「受診・相談センター」にご相談ください。

## 発熱や風邪のような症状がある方



## 症状は無いけど新型コロナウイルス感染症の感染が心配な方



## 南相馬市発熱等トリアージ外来

☎0244-22-3185 (受付：平日 9:00～12:00、診療：13:30～15:30)

11月22日(日)は、『発熱等トリアージ外来』を臨時開設します。