

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

日頃より、市の新型コロナウイルス対策について、ご理解、ご協力をいただき誠にありがとうございます。

市内では、9月29日から11月24日まで、56日間連続で新規陽性者は確認されおらず、感染状況は落ち着いています。こうした状況は、ワクチンの接種率に加え、市民の皆様、事業者の皆様が、あらゆる場面において感染拡大防止のための基本対策にしっかり取り組んでいただいている成果であり、改めて心から感謝申し上げます。

さて、国は、全国的なワクチン接種の進展等を踏まえ、これまで感染拡大防止対策として講じてきた飲食、イベント、移動に関する行動制限について、緩和する方針を決定しました。

これを受け、福島県でも、「感染拡大防止のための基本対策」を改定し、基本的な感染対策は継続しつつ、飲食の人数制限の緩和等を決定しました。具体的に、飲食については、これまで「少人数、短時間、いつも一緒にいる人と」の実施が呼びかけられてきましたが、少人数、短時間といった制限がなくなりました。

これから年末に向け忘年会シーズンを迎え、飲食の機会も増えてまいります。これまで控えてきた親しい方達との交流をぜひ楽しんでいただきたいと思います。一方で、新型コロナ再拡大のリスクがなくなったわけではありませんので、飲食の場は感染リスクが高まる場面の一つであることにご留意いただき、以下の点について注意をお願いいたします。

### < 飲食時の注意点 >

感染対策の徹底された「**ふくしま感染防止対策認定店**」を利用してください。

密閉、密集、密接を避けてください。

(例えば、場所の換気が悪い、狭い場所に大人数、間隔を取らずに会話するなど)

体調不良での参加は見合わせてください。

このマークが目印です!

深酒は控えてください。

こまめな換気を徹底してください。

大人数や長時間となる場合は、特に感染リスクに注意してください。



市では、3回目のワクチン接種を円滑に行えるよう、現在、医師会など関係機関と調整を進めています。

また、新型コロナワクチンの接種による防御力がどれくらい保たれているかを調べるため、ワクチン接種後の抗体検査(2回目)を実施しております。その結果については、12月下旬に皆様にお知らせする予定です。

令和3年11月24日 午後5時00分現在

南相馬市長 門馬和夫

# ～冬場の室内での感染リスクを下げるために～

## こまめな換気と湿度・温度管理を 心がけましょう

今後、寒さや乾燥が進むにつれて、感染リスクが高まることが懸念されます。冬場の室内では、こまめな換気を行いつつ、室内の湿度40%～60%、室温18℃以上を維持することが大切です。

### 【こまめな換気】

室内の密閉空間を改善するため、こまめに窓を開けたり、機械換気を利用したりするなど、各家庭や部屋の状況に合わせてこまめな換気を行いましょう。

#### 窓開け換気

対角線上にあるドアや窓を2カ所開放すると効果的です。窓が1つしかない場合は、部屋のドアを開けて、扇風機などを窓の外に向けて設置しましょう。



#### 機械換気

常時換気設備や台所・洗面所の換気扇により、室温を大きく変動させることなく換気することができます。

### 【湿度管理】

空気が乾燥し室内の湿度が低くなると、空中に浮遊する飛沫量が増加します。加湿器の使用や洗濯物の室内干しなどにより、室内の湿度を40%～60%に維持しましょう。

### 【温度管理】

室内温度が低いと、呼吸器系疾患等の罹患率や死亡率が上昇することが報告されています。室温の低下による健康への影響を防ぐため、こまめな換気を行いつつ、暖房器具などを使用し、室温を18℃以上に維持しましょう。

#### <窓開け換気による室温変化を抑えるポイント>

- 一方向の窓を少しだけ開けて常時換気をする方が、室温変化が抑えられます。
- 二段階換気(人がいない部屋の窓を開け、廊下を經由して、少し暖まった状態の新鮮な空気を人のいる部屋に取り入れること)も、室温変化を抑えるのに有効です。
- 開けている窓の近くに暖房器具を設置すると、室温の低下を防ぐことができますが、燃えやすい物から距離をあけるなど、火災の予防に注意してください。

出典：[厚生労働省]冬場における「換気の悪い密閉空間」を改善するための換気について