

“新型コロナウイルス感染症拡大阻止に向けた 「三重県緊急事態措置」” ver.2

～三重を守るために～

措置実施期間：令和2年5月7日（木）

～同年5月31日（日）

対象区域：三重県全域

なお、県内における感染者の感染経路の9割以上が県外に由来するものであることや、新規感染者発生が減少傾向にあり、令和2年4月25日から5月4日までの間、新規感染者の発生が見られないこと、また、今回の国の基本的対処方針の中で三重県が、「特に重点的に感染拡大の防止に向けた取組を進めていく必要がある都道府県（特定警戒都道府県）」とは見なされなかったことなどをふまえ、県内における人の移動と、県境をまたいだ人の移動を分けて検討し、ある程度緩和する部分と、緊張感を強める部分を設けることとしました。

新型コロナウイルスは、いつ、どこで、誰が感染するかわからない未知のウイルスであり、私を含め、世界中の誰もが、今日にも自身や大切な人が感染するかもしれません。自分だけは大丈夫、その考えが、ご自身や大切な人の“命と健康”を脅かすことにつながります。

苦しい期間が続きますが、厳しい冬を乗り越えた山々に木々が芽吹くように、この困難を乗り越えた先には、必ず明るく美しい三重県が始まります。どうかそれまでの戦いを、ともに乗り越えていただきますよう、切に願います。

令和2年5月5日
三重県知事 鈴木 英敬

【別添】参考資料

「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

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、十分な距離がオンライン

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

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

※新型コロナウイルス感染症対策専門家会議資料より抜粋

人との接触を8割減らす、10のポイント

- (1) ビデオ通話でオンライン帰省
- (2) スーパーは1人または少人数ですいている時間に
- (3) ジョギングは少人数で 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- (4) 待てる買い物は通販で
- (5) 飲み会はオンラインで
- (6) 定期受診は間隔を調整 診療は遠隔診療
- (7) 筋トレやヨガは自宅で動画を活用
- (8) 飲食は持ち帰り、宅配も
- (9) 仕事は在宅勤務 通勤は医療・インフラ・物流など社会機能維持のために
- (10) 会話はマスクをつけて