



新型コロナウイルス感染症の再拡大防止に向けた 県民の皆様へのお願い

福岡県内の新規感染者数は、7月中旬以降増加傾向にあり、予断を許さない状況にあります。このまま感染が拡大し、医療提供体制がひっ迫するような事態は絶対に避けなければなりません。

このため、県民の皆様におかれましては、以下の点についてご理解・ご協力くださいますよう、あらためて強くお願いいたします。

- ① 「人にうつさない」、「人からうつされない」、「感染している可能性を疑う」という意識を常に強く持ってください。
- ② 特に、最近では20代～30代の若い世代の感染が半数を占め、無症状の方が多いため、若い世代の方は、高齢者など重症化しやすい方に感染を広げないように、慎重に行動してください。
- ③ マスク着用、まめな手洗い、人との距離の確保、三密の回避など、「新しい生活様式」を実践してください(ただし、マスク着用時は熱中症等にご注意ください)。
- ④ 外出にあたっては、ご自身の健康状態はもとより、目的地の感染状況、利用する施設や店舗の感染防止対策を確認し、その必要性を判断してください。
- ⑤ 発熱等の症状がある場合は外出を控えてください。
- ⑥ ご自身の感染防止対策を徹底するとともに、感染防止対策が不十分な場所への外出は避けてください。
- ⑦ とりわけ、「接待を伴う飲食店」で業種別の感染拡大防止ガイドライン等を遵守していない店の利用は控えてください。
- ⑧ 接触確認アプリ「COCOA」を積極的にご利用ください。

これまでの皆様の努力が水泡に帰すことがないよう、ご理解・ご協力をよろしくお願い申し上げます。

令和2年7月23日

福岡県知事 小川 洋

「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。
 - 会話をする際は、可能な限り真正面を避ける。
 - 外出時や屋内でも会話をするとき、人との間隔が十分とれない場合は、症状がなくてもマスクを着用する。ただし、夏場は、熱中症に十分注意する。
 - 家に帰ったらまず手や顔を洗う。
人混みの多い場所に行った後は、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。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。接触確認アプリの活用も。
- 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な生活様式

- 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（エアコン併用で室温を28℃以下に） 身体的距離の確保
- 「3密」の回避（密集、密接、密閉）
- 一人ひとりの健康状態に応じた運動や食事、禁煙等、適切な生活習慣の理解・実行
- 毎朝の体温測定、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

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

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、十分に人との間隔をもしく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、十分な距離かオンライン

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

イベント等への参加

- 接触確認アプリの活用を
- 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 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