



特集

新型コロナウイルス感染症に打ち克つ!! ～みんなの力でこの難局を乗り越えよう～

市民の皆さまには、新型コロナウイルス

ウィルス感染症の拡大防止に向けて、3密の回避、咳エチケットや手洗いの徹底、さらには、様々な行事等の自粛や不要不急の外出を控えていただくなど、ご協力をいいただき感謝申し上げます。

全国的に感染拡大の状況が落ち着きつつある中で、少しずつ社会経済活動の再開が図られているところですが、

しかしながら、この感染症が収束したとはいえない状況に変わりはありません。今後は、感染拡大の防止と社会経済活動の両立を図ることが必要であり、そのためには、「新しい生活様式」を取り入れた新たな日常生活をつくりあげることが重要となります。

気を緩めることなく、市民の皆さまが一つとなって新型コロナウイルス感染症に打ち克ち、そして、一日も早く安全安心な社会を再構築し、活気にあふれた出雲市を取り戻しましょう。

出雲市長 長岡 秀人

新しい生活様式を実践してみましよう！～自分のために、みんなのために～

今後の感染症への対応には、長丁場に備えた「新しい生活様式」の定着が必要です。

下記に一部を掲載しましたので、これを参考に家庭や職場の皆さんで日常に合わせた新しい生活様式を考えましよう。

一人ひとりの基本的な感染症対策



人と人との適度な距離をとる

できるだけ2m(最低1m) 距離をとり、会話をするときは、真正面を避けましよう。



手洗い

帰宅したら、まず手や顔を洗いましよう。手は石けんで丁寧に洗いましよう。

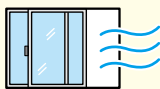


マスクの着用

外出するときや会話をするときは、症状がなくてもマスクをしましよう。

日常の基本的な生活様式

- ◇ 咳エチケットを徹底しましよう。
- ◇ こまめに換気しましよう。
- ◇ 3密(密集、密接、密閉)を避けましよう。
- ◇ 毎朝、体温測定と健康チェックを行いましよう。



さまざまな場面での生活様式



買い物

- ◎ 1人または少人数で、すいた時間に素早く
- ◎ レジに並ぶときは、前後に距離を
- ◎ 通信販売、電子決済の利用



スポーツ・娯楽等

- ◎ 公園はすいた時間、場所を選んで
- ◎ 筋トレやヨガは自宅動画を活用
- ◎ ジョギングは少人数で
- ◎ 歌や応援は十分な距離かオンライン



公共交通機関

- ◎ 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活用



食事

- ◎ 持ち帰りや宅配を活用
- ◎ 大皿は避けて、料理は個々に
- ◎ 対面ではなく横並びに座る
- ◎ グラスやお猪口の回し飲みは避けて