

令和2年2月28日

(令和2年5月7-18日改正)

南九州市新型コロナウイルス感染症対策本部

南九州市のイベント開催に関する基本方針

1 中止又は延期の判断

(1) 大規模なイベント

屋内で開催する場合は100人超、屋外で開催する場合は200人超の参加概ね50人以上の参加が見込まれるもの

① 市が主催

原則、中止又は延期

② 市以外が主催

新型コロナウイルス感染症を県外から持ち込まないために、県知事からも県外居住者に対し、来県の自粛要請がなされていることなどを踏まえ、県外居住者が参加するようなイベント等については、原則、中止又は延期を要請する。感染の状況や方針の趣旨等を説明したうえで、中止又は延期の検討を要請。ただし、最終的には主催者の意向を尊重する。

開催する際は、2の感染症予防対策を要請する。

(2) 上記以外のイベント

参加者が県内居住者に限られ、かつ比較的多くの参加者数があるが、空間やスペースを確保できるもの

① 市が主催

イベントの特性から考えられるリスクの度合いや安全対策の実施の可否、あるいは関係者の意向などを踏まえ、規模の縮小、開催方法の見直し含めて個別に判断する。

- ・ 換気の悪い「密閉空間」とならないこと
- ・ 多数が集まる「密集場所」とならないこと
- ・ 間近で会話が発生をする「密接場面」とならないこと

② 市以外が主催

上記の内容の検討を要請しつつ、原則、主催者の意向を尊重する。

開催する際は、2の感染症予防対策を要請する。

~~(3) 県外居住者の方が参加されるイベント~~

~~コロナウイルス感染症を県外から持ち込まないために、県知事からも県外の皆様に対し、来県の自粛要請がなされていることなどを踏まえ、県外居住者の皆様が参加するようなイベント等については、原則、中止又は延期を要請する。~~

2 開催にあたっての感染症予防対策

(1) 市が主催

- 出入口やトイレ，休憩場所等にアルコール消毒液を十分に配置
- 「咳エチケット（マスク着用等）」及び「手洗い」等の徹底
- 参加者等の体調に異変が起きた際の対応の周知
- 「発熱などの体調不良な人」や「持病のある人」，「高齢者」等の参加については，自粛するよう呼びかけ

(2) 市以外が主催

上記の対応を要請する。

3 実施期間

当面，令和2年5月20日（※要検討）までとし，感染状況次第で判断し，随時見直す。

(令和2年5月7日現在)

南九州市の新型コロナウイルス感染症対策における 公共施設の利用の基本方針

1 公共施設開館の方針

市民が必要とするサービスは、感染のリスクを考慮し、可能な範囲で提供する。

施設の利用に当たっては、密閉、密集、密接の3密の回避に最大限の配慮を要請しながら施設を開館する。

2 施設開館の基準

- (1) 定期的に換気を行うことが可能で、密閉空間にならない施設であること
- (2) 多数の利用者により密集場所とならない利用形態であること
- (3) 間近で会話や発声をする密接場面とならない利用形態であること
- (4) 利用に当たって、消毒や手洗いを励行し、3密の回避や症状に応じた利用者の選定、連絡先の確認などの同意が得られていること

3 利用の可否判断「3密の回避」

- ① 換気の悪い「密閉空間」とならないこと
- ② 多数が集まる「密集場所」とならないこと
- ③ 間近で会話が発生をする「密接場面」とならないこと

具体的事例

ア ①～③の基準を満たした上で利用可能

- ・集会機能を少人数で利用

イ 利用できない場合

- ・体育館等の利用において観客の入場が見込まれる大会等を行うとき
- ・集会施設を利用して飲食を伴う懇親会等を行うとき

※ 1の方針を念頭に、利用者間の距離が2m離れることができれば利用可能であるが、施設の規模や形態及び感染症の発生状況によって、利用の可否の判断を行う。

4 公共施設閉館の方針

市内の公共施設のうち、新型コロナウイルス感染症の感染拡大の防止のため、次の場合は、一定の期間において、一部の公共施設の閉館を実施する。

閉館に当たっては、事前に市民及び利用者への周知に努めるものとする。

- (1) 本市又は隣接する自治体に感染者が発生したとき
- (2) 公共施設を開館することにより、市外からの利用者が訪れるなど感染拡大が懸念される時
- (3) 公共施設の閉館を行う期間は、基本的には、南九州市新型コロナウイルス感染症対策本部会議が定める「南九州市イベント開催に関する基本方針」の適用期間とするが、必要に応じて令和2年5月14日に鹿児島県が発出した「新しい生活様式の定着に向けた鹿児島県の取組」令和2年5月5日に鹿児島県が発出した「緊急事態宣言の延長を受けた鹿児島県の対応」を参考にし、個別に設定をするものとする。

5 5月21日以降5月7日から5月20日までの間の公共施設利用について

公共施設の利用にあたっては、令和2年5月14日に鹿児島県が発出した「新しい生活様式の定着に向けた鹿児島県の取組」を参考にすること。新型コロナウイルス感染拡大防止のための緊急事態宣言延長に合わせた基本的対処方針の改定及び5月5日に発表された鹿児島県の対応方針を勘案し、次のように施設利用の制限を緩和する。

なお、**県外居住者等特定警戒都道府県から**の利用が予測される施設等については、**各施設の利用状**

況の実態を考慮の上、緊急事態宣言の期間は、閉館等の措置を検討継続するものとする。

【施設区分ごとの利用緩和の考え方】

施設区分	対応方針
文化会館， 地区公民館等	(1) 催物（イベント等）は、参加者が50人100人以下のもの (2) 会議室の面積に応じ、収容人員の50%以下の人数で、2 mの間隔を確保可能な人数で利用する会合等 ※上記(1)，(2)は、次の条件を満たすもの場合に利用可能とする。 ①「三つの密」の発生が想定されないこと ②大声での発声、歌唱や声援、又は近接した距離での会話等が原則想定されないこと ③必要に応じて、適切な感染防止対策（入場者の制限、誘導、手指の消毒設備の設置、マスク着用、室内換気）が講じられること
図書館，図書室	人と人の間隔を2 m開ける。四方を開けた席配置等の工夫をして開館
運動施設	ロッカー，シャワー等屋内共用施設以外は利用可。競技は県内居住者の参加者のみで50人200人以下の場合に利用可
公園，宿泊施設等	・密集を避けるよう注意喚起を行ったうえで、利用可等 ・宿泊施設については、県内居住者のみ可
売店，食堂等	別紙資料を参考とした対策を行ったうえで、利用可 （レジ前の間隔確保，飛沫感染防止，マスク着用，入場制限等）
温泉施設等	更衣室，浴室への入館者を密の発生にならないよう，一定の人数以下に抑制するなどの措置をとることにより，利用可能とする。

(注1) サーフィンスポットは、緊急事態宣言の期間は自粛看板の対応を継続する。

(令和2年4月13日現在)

新型コロナウイルス感染症対策における南九州市職員の行動指針

1 職員及び職場の対応方針

- (1) 毎日、出勤前に自宅で次の健康チェックを行うこと。
(体温測定、呼吸器の症状・倦怠感・嗅覚異常の有無確認)
- (2) 発熱等の風邪症状が見られる検温で37.5度以上の体温を記録したとき及び呼吸器の異常・倦怠感・嗅覚異常の自覚症状があるときは、出勤を控え、上司に病状を報告すること。
- (3) 37.5度以上の体温が4日以上継続するとき息苦しさ(呼吸困難)、強いだるさ(倦怠感)、高熱等の強い症状のいずれかがある場合は、保健所又は医師へ相談のうえ、指示に従うこと。

一般の医療機関を受診するよう指示された場合にあっても、相談日時、医療機関受診日時、診断結果を別紙(第1号様式)により報告すること。

(4) 自宅待機等を指示された場合の休暇の取扱いについて

- ① PCR検査結果が陽性の場合は、職免扱いとする。
- ② PCR検査結果が陰性の場合で、自宅療養を指示された期間は特別休暇扱いとする。
- ③ 前記①及び②に該当しないものは、原則として年次有給休暇扱いとする。

2 職場における留意事項

- (1) 執務中において、窓口業務や面談等で来客に対し、密接な対応を要する場合は、マスクの着用に努めること。
- (2) 用務で外出先から事務室に戻る際は、手指をハンドソープにより手洗いし、消毒を十分に行うこと。
- (3) 事務室は一定の間隔で十分な換気を行うこと。
- (4) 会議を開催する場合は、窓を開放するなど特に換気に留意するとともに、出席者数に対し、広めの会場を準備し、一人ひとりの座席の間隔を十分に確保すること。
- (5) 会議は、説明を要点のみとするなど、開催時間の短縮を工夫し、場合によっては、事前に資料配信し、メールや電話による合議制等による集約方法の採用も検討すること。

3 出張等の留意事項

南九州市イベント開催に関する基本方針の実施期間中(以下、「基本方針期間」という。)は、原則として、市外又は県外への出張は控えること。

また、同様に県外からの訪問、来庁は日程の延期、中止を依頼すること。

4 勤務時間外の留意事項

集団感染を招きやすい密閉、密集、密接が重なる場を徹底して避けるなど、感染予防を意識して行動すること。

基本方針期間は、各課等における懇親会等は実施しないこと。

5 週休日等の留意事項

週休日等に冠婚葬祭等でやむを得ず県外へ外出をする場合は、事前に各課等の長へ連

絡を行い、行動履歴を別紙（第2号様式）に記録し、各課等の長へ報告をすること。
（期間、行先（都道府県、自治体）会場又は施設名、参集人数など）

新しい生活様式の定着に向けた鹿児島県の取組

令和2年5月14日

新型コロナウイルスの存在を前提にしながら、
日常の生活を取り戻す！

基本的な感染対策を継続しながら、社会経済活動を維持する

新しい生活様式の徹底を推進する。

1 県民の皆様へのお願い

- ① 不要不急の帰省や旅行など、都道府県をまたいで移動することは、当分の間、避けてください。
- ② 外出については、「感染防止対策が徹底できていないなど、クラスター発生のおそれが高い施設」や「三つの密（密閉，密集，密接）のある場」を徹底的に避けるとともに、手洗いや人と人との距離の確保などの基本的な感染対策を継続するという、感染拡大を予防する新しい生活様式【別添1】を徹底してください。

2 県外の皆様へのお願い

- ① 不要不急の帰省や旅行などによる来県を、当分の間、自粛してください。
- ② やむを得ず来県された場合は、下記のような感染拡大防止対策をお願いします。
 - ・ 来県後2週間の不要不急の外出自粛
 - ・ マスク着用など咳エチケットの徹底
 - ・ 毎日の体温測定の徹底
 - ・ 発熱等の症状が出たら、帰国者・接触者相談センターへ相談

3 事業者の皆様へのお願い

- ① 繁華街の接待を伴う飲食店（キャバレー，ナイトクラブ，ダンスホール，スナック，バー，パブ），性風俗店，カラオケボックス，ライブハウスについては，「三つの密」が発生しやすいことから，感染防止対策の徹底を条件に，5月15日（金）から，休業要請を解除します。
- ② ①以外の各業種・施設においては，【別添2】を参考に，積極的な感染防止の取組をお願いします。
- ③ ホテル・旅館等の宿泊施設においては，5月31日（日）までの間，県外からの観光・レジャーなど不要不急の宿泊予約について，延期等日程変更の調整に御協力をお願いします。
- ④ 多数の方が参加する全国的なイベントの開催を控えてください。
その他の場合でも，リスクへの対応が整わない場合は，中止又は延期してください。
- ⑤ 職場においては，在宅勤務（テレワーク），時差出勤，自転車通勤など，人との接触を低減する取組を推進するなど，『三つの密』を避ける行動を徹底するとともに，感染防止のための取組（手洗いや手指消毒，咳エチケット，事業場の換気励行，複数人が触る箇所の消毒，発熱等の症状が見られる従業員の出勤自粛，出張による従業員の移動を減らすためのテレビ会議活用等）をお願いします。

4 県立学校等について

学校については，ゴールデンウィーク終了から概ね2週間を「警戒期間」ととらえ，5月24日（日）までの期間は，引き続き，各学校の状況に応じて，空き教室等を利用して児童生徒同士の距離を確保するなどの感染防止対策を講じた上で教育活動を行っていただくよう，御協力をお願いします。

5 県の公共施設について

現在休館等している離島にある県の公共施設については，5月15日（金）から開館します。

なお，当分の間，宿泊施設については県内居住者の利用に限ります。

6 感染者，医療従事者等への差別，偏見等防止のお願い

感染者やその家族，治療にあたった医療機関とその関係者，その他関わりがあった方々に対して，不当な差別や偏見，いじめ等が行われないよう，正確な情報に基づいた冷静な行動をお願いします。

【別添1】

「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

日々の暮らしの感染対策

- ・外出は、マスクを着用する。遊びに行くなら屋内より屋外を選ぶ。
- ・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、可能な限り対面を避ける。
- ・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したり、スマホの移動履歴をオンにする。
- ・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
- 身体的距離の確保 「3密」の回避（密集、密接、密閉）
- 毎朝家族で体温測定、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
- 屋内や会話をするときには、症状がなくてもマスクを着用



(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

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

【別添2】

事業活動に当たっての積極的な感染防止の取組のお願い

事業者の皆様におかれましては、5月4日の新型コロナウイルス感染症対策専門家会議で示された「(2)業種ごとの感染症拡大予防ガイドラインに関する留意点(抜粋)(別紙1)」や「施設に応じた感染拡大を予防するための工夫(例)(別紙2)」、並びに以下の具体的な取組例を参考に積極的な感染防止の取組をお願いします。

施設等	具体的な取組例
小売店	・レジ前の間隔の確保(待機列の間隔を空けるための床面サイン等の設置)
	・有人レジの間隔を空けた運用,セルフレジの活用
	・レジ周りの飛沫感染防止のための透明の間仕切り等の設置
	・高齢者や障害者等の客が優先的に買い物ができる時間帯の設定
	・人との接触を減らすための電子決済の利用推奨
	・人との接触を減らすための通販による販売方式の導入
	・少人数・マスク着用による来店呼びかけ
	・バーゲンセールや物産展などの催事やイベントの自粛
	・タイムセールス等の販促イベントの自粛
	・複数人が触る商品サンプルにウイルスが付着する可能性があるため,提供を自粛
	・器具や試食品にウイルスが付着する可能性があるため,試食販売を自粛
	・子ども同士の接触を減らし,感染リスクを低減させるため,キッズスペースを自粛
	食事提供施設
・座敷席等における多人数での使用の自粛	
・横並びの着席(対面で座ることにより飛沫感染の可能性が高くなるため,対面は避ける)	
・座席の間にパーティションの設置	
・十分な座席間隔の確保	
・客の入れ替え時の適切な消毒や清掃	
・大皿やビュッフェスタイルでの提供については,各自が自分の箸で料理を取ることやトング等の共用により,食材への唾液の付着や,共用による感染拡大のリスクがあるため,個人用トング・取り箸を提供	
・お酌の際に密接することによる感染や,グラスやお猪口に唾液が付着することによる感染を防ぐため回し飲みはしないよう注意喚起	

食事提供施設	・長時間の滞在による感染を防止するため、酒類の提供時間の配慮
	・ウイルスが付着する可能性がある新聞・雑誌等を撤去
	・子ども同士の接触を減らし、感染リスクを低減させるため、キッズスペースを自粛
	・接客時等におけるマスク着用
	・従業員や出入り業者に発熱や感冒症状がある場合の迅速かつ適切な対応
劇場等	・マスク着用の要請
	・十分な座席間隔（四方を空けた席配置等）の確保
	・入退出時（入退出時の行列含む）や集合場所等における人と人との十分な間隔（約2m）の確保
	・適切な消毒や換気
博物館 美術館 図書館	・マスク着用の要請
	・十分な座席間隔（四方を空けた席配置等）の確保
	・入退出時（入退出時の行列含む）や集合場所等における人と人との十分な間隔（約2m）の確保
	・適切な消毒や換気
	・入場制限等により施設内移動における人と人との十分な間隔（約2m）の確保
サービス業や 学習支援業を 営む施設	・マスク着用の要請
	・十分な座席間隔（四方を空けた席配置等）の確保
	・入退出時（入退出時の行列含む）や集合場所等における人と人との十分な間隔（約2m）の確保
	・適切な消毒や換気
	・従業員と客との間や客と客との間にパーティションを設置
遊技場	・マスク着用の要請
	・十分な座席間隔（約2m）の確保
	・入退出時（入退出時の行列含む）や集合場所等における人と人との十分な間隔（約2m）の確保
	・適切な換気
	・客の入れ替え時の消毒
	・客同士が大声で会話しないよう注意喚起（BGMや機械の効果音等を最小限に設定）

2020年5月4日 新型コロナウイルス感染症対策専門家会議 「業種ごとの感染拡大予防ガイドラインに関する留意点（抜粋）」

基本的には、新型インフルエンザ等対策特別措置法に基づく感染拡大防止策を徹底することが重要である。例えば、人との接触を避け、対人距離を確保（できるだけ2mを目安に）することのほか、以下のものが挙げられる。

- ・ 感染防止のための入場者の整理（密にならないように対応。発熱またはその他の感冒様症状を呈している者の入場制限を含む）
- ・ 入口及び施設内の手指の消毒設備の設置
- ・ マスクの着用（従業員及び入場者に対する周知）
- ・ 施設の換気（2つの窓を同時に開けるなどの対応も考えられる）
- ・ 施設の消毒

（症状のある方の入場制限）

- ・ 新型コロナウイルスに関しては、発症していない人からの感染もあると考えられるが、発熱や軽度であっても咳・咽頭痛などの症状がある人は入場しないよう呼びかけることは、施設内などにおける感染対策としては最も優先すべき対策である。また、状況によっては、発熱者を体温計などで特定し入場を制限することも考えられる。
- ・ なお、業種によっては、万が一感染が発生した場合に備え、個人情報の取扱に十分注意しながら、入場者等の名簿を適正に管理することも考えられる。

（感染対策の例）

- ・ 他人と共用する物品や手が頻回に触れる箇所を工夫して最低限にする。
- ・ 複数の人の手が触れる場所を適宜消毒する。
- ・ 手や口が触れるようなもの（コップ、箸など）は、適切に洗浄消毒するなど特段の対応を図る。
- ・ 人と人が対面する場所は、アクリル板・透明ビニールカーテンなどで遮蔽する。
- ・ ユニフォームや衣服はこまめに洗濯する。
- ・ 手洗いや手指消毒の徹底を図る。
 - ※ 美容院や理容、マッサージなどで顧客の体に触れる場合は、手洗いをよりこまめにするなどにより接触感染対策を行う。（手袋は医療機関でなければ特に必要はなく、こまめな手洗いを主とする。）

（トイレ）（※感染リスクが比較的高いと考えられるため留意する。）

- ・ 便器内は、通常の清掃が良い。
- ・ 不特定多数が接触する場所は、清拭消毒を行う。
- ・ トイレの蓋を閉めて汚物を流すよう表示する。
- ・ ペーパータオルを設置するか、個人用にタオルを準備する。
- ・ ハンドドライヤーは止め、共通のタオルは禁止する。

（休憩スペース）（※感染リスクが比較的高いと考えられるため留意する。）

- ・ 一度に休憩する人数を減らし、対面で食事や会話をしないようにする。
- ・ 休憩スペースは、常時換気することに努める。
- ・ 共有する物品（テーブル、いす等）は、定期的に消毒する。
- ・ 従業員が使用する際は、入退室の前後に手洗いをする。

(ゴミの廃棄)

- ・鼻水，唾液などが付いたごみは，ビニール袋に入れて密閉して縛る。
- ・ゴミを回収する人は，マスクや手袋を着用する。
- ・マスクや手袋を脱いだ後は，必ず石鹸と流水で手を洗う。

(清掃・消毒)

- ・市販されている界面活性剤含有の洗浄剤や漂白剤を用いて清掃する。通常の清掃後に，不特定多数が触れる環境表面を，始業前，始業後に清拭消毒することが重要である。手が触れることがない床や壁は，通常の清掃で良い。

(その他)

- ・高齢者や持病のある方については，感染した場合の重症化リスクが高いことから，サービス提供側においても，より慎重で徹底した対応を検討する。
- ・地域の生活圏において，地域での感染拡大の可能性が報告された場合の対応について検討をしておく。感染拡大リスクが残る場合には，対応を強化することが必要となる可能性がある。

※ 業種ごとに対応を検討するに当たっては，これまでにクラスターが発生している施設等においては，格段の留意が必要である。

施設に応じた感染拡大を予防するための工夫（例）

内閣府新型コロナウイルス感染症
対策推進室作成

別紙2

屋外		屋内						
運動施設 (屋外)	公園	映画館 公会堂 演芸場等	物品販売業 (スーパー等)	博物館 美術館 図書館	理美容 ほか対人 サービス業	学校 学習塾	公共交通	飲食店
密接	ロッカー、シャワー等 屋内共用施設使用制限	入場人数の制限・ 滞在時間の制限						入場人数の 制限・滞在 時間の制限
密集	接触 スポーツの 制限	四方を 空けた 席配置	レジ等で 間隔を 空ける (床に印を つける等)	四方を 空けた 席配置・ 展示配置 の工夫	四方を 空けた 席配置	四方を 空けた 席配置	座席間隔 に留意・ 真正面は 避ける	座席間隔 に留意・ 真正面は 避ける
密閉	—	頻繁な換気（窓開け、扇風機）						テラス席 2方向換気
マスク着用								
対面する場でのビニールカーテン等設置・対面機会を避ける								
衛生 対策	スポーツ後 の飲み会等 は控える	入場時手指衛生			こまめな 手洗い		—	入場時 手指衛生
その他	共用物品・設備の消毒（ディスプレイの利用も）、キャッシュレス (滞在時間が長い場合) 入場時体調チェック 従業員の手衛生対策・3密対策、休憩や食事の分散							
—	—	—						—

○ 地域の感染状況に応じ、緊急事態宣言の対象地域の考え方や、4月1日の提言で示した地域区分の考え方も踏まえ、各都道府県を以下 3 区分に分類し、それぞれの地域において、適切な感染対策を実施していく。

- ① **特定（警戒）都道府県**：法第45条各項に基づく「徹底した行動変容の要請」で新規感染者数を劇的に抑えこむ
- ② **感染拡大注意都道府県**：都道府県において、**地域の感染状況をモニタリング**。「**新しい生活様式**」を徹底するとともに、必要に応じ、**法第24条第9項に基づき要請を行う**。
- ③ **感染観察都道府県**：引き続き**感染状況をモニタリング**するとともに、「**新しい生活様式**」の徹底で、感染拡大を防ぐ。

	①特定（警戒）都道府県	②感染拡大注意都道府県	③感染観察都道府県
判断基準	<p>【緊急事態措置の指定基準】 累積患者数、感染経路が不明な感染者数の割合、直近1週間の倍加時間などで判断。</p> <p>【再指定基準】 4/7の指定の際の指標や水準の考え方、感染の状況を踏まえつつ、直近1週間の新規感染者数等から、より迅速に再指定を行う。</p>	<p>特定（警戒）都道府県の指定基準等を踏まえつつ、その半分程度などの新規報告者数等で判断することが考えられる。</p>	<p>新規感染者が一定程度確認されるものの、②の基準には達していない。</p>
対応	基本方針	<p>感染状況をモニタリングしながら、「新しい生活様式」を徹底する。 必要に応じ、知事が法第24条第9項に基づく協力要請を実施。</p>	<p>引き続き感染状況をモニタリングしながら、「新しい生活様式」を継続。</p>
	外出	<ul style="list-style-type: none"> ・（必要に応じ、法第24条第9項に基づく）外出自粛の協力要請。 ・ 不要不急の県をまたぐ移動や3密の場所への移動は徹底して避ける。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 不要不急の①・②との県をまたぐ移動は避ける。 ・ 3密の場所への移動を徹底して避ける。
	通勤	<ul style="list-style-type: none"> ・ 在宅勤務（テレワーク）、ローテーション勤務、時差出勤、自転車通勤等の推進 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 必要に応じ、在宅勤務（テレワーク）、ローテーション勤務、時差出勤、自転車通勤等の推進
	イベント	<ul style="list-style-type: none"> ・ 「出勤者数の7割削減」を目指す。 ・ 在宅勤務（テレワーク）、ローテーション勤務等の強力な推進等 	<ul style="list-style-type: none"> ・ クラスターのおそれがあるイベント、3密の集まりは法第24条第9項に基づき、開催の自粛の要請等。 ・ それ以外のイベントに関しては、主催者に対し、身体的距離の確保や基本的な感染対策の実施、業種毎の感染拡大予防ガイドライン等を踏まえた対応等を求める。
施設利用等の制限	<ul style="list-style-type: none"> ・ 感染拡大のおそれのある施設の使用制限の要請等（キャバレー等の接待を伴う飲食業、ライブハウス、バー、スポーツジム等） ・ 公園・博物館、美術館、図書館等は、感染防止策を講じた上で開放もあり得る。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 都道府県知事が、地域の实情に応じて法第24条第9項に基づく協力要請を実施。 ・ クラスターのおそれがある施設や3密施設は使用制限の協力要請を検討。 ・ 具体的に集団感染が生じた事例を踏まえた、注意喚起の徹底。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 都道府県知事が、地域の实情に応じ、法第24条第9項に基づく協力要請も含めて適切に判断。 ・ 一般の感染対策や3密回避の徹底を要請。

『新しい生活様式』の実践例

一人ひとりの基本的感染対策

日々の暮らしの感染対策

- ・外出は**マスク**を着用する。遊びに行くなら屋内より屋外を選ぶ。
- ・人との間隔は、できるだけ**2m**空ける。
- ・会話をする際は、可能な限りの対面を避ける。

移動に関する感染対策

- ・感染が流行している地域間の移動は控えましょう。
- ・帰省や旅行は控えめにし、出張はやむを得ない場合に限りましょう。

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** ○家族全員で健康チェック
- ※発熱又は風邪の症状がある場合は、ムリをしない。

日常生活の各場面別の生活様式

買い物

- ・ひとりまたは少人数で
- ・買うものを決めてから
- ・レジでは前後にスペースを
- ・電子決済のご利用を
- ・通販のご利用を

娯楽やスポーツ等

- ・公園はすいた時間に
- ・ジョギングは少人数で
- ・距離を空けてのすれ違い
- ・狭い部屋は長居は無用

食事

- ・持ち帰りやデリバリーの活用
- ・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
- ・おしゃべりは控えめに

公共交通機関の利用

- ・会話は控えめに
- ・混んでいない時間帯に
- ・徒歩や自転車の併用を

冠婚葬祭などの親族行事

- ・多人数での会食は避けよう



南九州市 (発行：健康増進課)

まだまだ必要です！ 新型コロナウイルス感染症 感染拡大防止の取組

鹿児島県は、令和2年5月14日に、緊急事態宣言の対象地域から外れましたが、新型コロナウイルス感染症が終息したわけではありません。
新型コロナウイルスと共存しながら、日常の生活を取り戻しましょう！
右に書いてある、**新しい生活様式**の実践例を参考にしてください。

もしかして、コロナ？

新型コロナウイルス感染症の相談窓口は、加世田保健所です。
相談いただく目安は、下図を参考にしてください。

比較的小さい風邪症状

息苦しさ、強いだるさ、高熱などの強い症状のいずれかあり

かつ以下のいずれか

- ・高齢者
- ・糖尿病、心不全、呼吸器疾患あり
- ・人工透析患者
- ・免疫抑制剤や抗がん剤使用
- ・妊婦

続いたら
(4日以上は必ず)

すぐに

すぐに

帰国者・接触者相談センターへ電話
加世田保健所 ☎ (0993) 53-2315



新型コロナウイルス なんかに 負けなぞ!

食 事

その1

主食・主菜・副菜をそろえて!

バランスのとれた食事は、免疫力を高めるためにも、とっても大切!



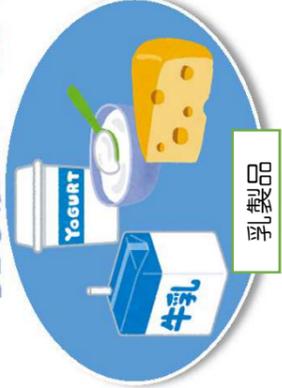
主食
ごはん・パン・めんなどの穀類を主な材料にした料理です。炭水化物を多く含みます。

主菜
肉・魚・卵・大豆を主な材料にした料理です。たんぱく質や脂質を多く含みます。

副菜
野菜・芋類・海藻類などを主な材料にした料理です。いろいろなビタミン・鉄・食物繊維などを多く含みます。

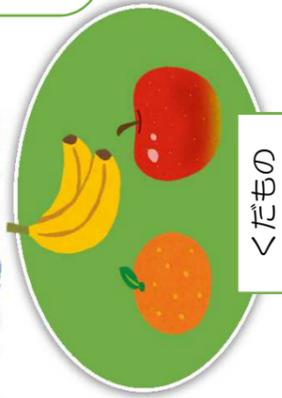
その2

乳製品やくだものも忘れずに!



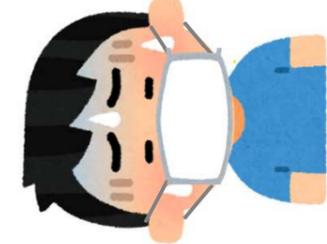
牛乳

乳製品



くだもの

カルシウムやビタミンが豊富な、乳製品やくだものを食べて、更にパワーアップ!!



フラズ1(ワン)

熱中症にもご注意ください!

マスクをつけていることで、のどの渴きを感じにくいなど、熱中症のリスクが高まることがあります。定期的な水分摂取など、例年以上に気を付けましょう。



みな、みりよく!

南九州市

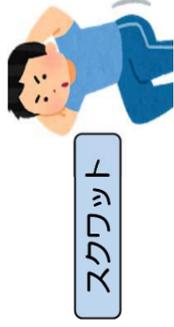
(発行：健康増進課 健康推進係)

運 動

+10(プラステン)

今より10分多く身体をうごかそう!

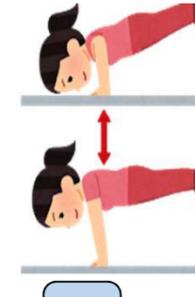
★自宅でできる体操やストレッチ、筋力トレーニングを行いましょ!



スクワット



腹筋



腕立て伏せ
(壁を使って)

※運動は呼吸を止めずに無理をしないで自分のペースで行いましょう!

★天気の良い日は...

近所を散歩も まずは今の歩数プラス1,000歩を目標に!

★家事や農作業でからだを動かすこともOK!

おススメは「ながら運動」

例) 歯磨きをしながらかかとと上げ下げ

電話をしながらスクワット



誰かと話らう、
笑い合うことも



こころ



気持ちの変化
・イライラする
・怒りっぽくなる
・涙もろくなる
・不安や緊張が強い
・気持ちの浮き沈みが激しい
・やる気が出ない 等

からだの変化

・疲れやすい
・吐き気、腹痛
・眠れない 等
・頭痛、肩こり
・食欲不振

これらの状態は、強いストレスを受けるとどんな方にも起こりうる正常な反応です。自然に回復することがほとんどですが、気持ちを誰かに話したり相談することでつらさが和らぐことがあります。おひとりで抱え込まずに、ご相談ください。

【ここからからの相談窓口】

名称(運営主体)	電話	相談日 等
南九州市役所知覧保健センター	0993-58-7221	随時 (平日 8:30~17:15)
加世田保健所	0993-53-2315	随時 (平日 8:30~17:15)
鹿児島県精神保健福祉センター	099-218-4755	平日 8:30~17:00
鹿児島県自殺予防情報センター	099-228-9558	祝日を除く毎週月・木 (来所時は要予約)
鹿児島いのちの電話	099-250-7000 0120-738-5566	年中無休 24時間体制 毎月10日は無料電話相談を実施
こころの電話	099-228-9566 9567	平日9:00~12:00, 13:00~16:30