

# 新型コロナウイルスの感染拡大を予防する「ひょうごスタイル」の推進

## I 感染拡大を予防する「日常生活」(ライフスタイル)

### 1 ウイルスとの共存を意識した生活習慣

- (1) 「3密」(密閉・密集・密接)の回避
- (2) 身体的距離(ソーシャルディスタンス)の確保(できるだけ2m。最低1m)
- (3) マスクの着用、咳エチケットの徹底
- (4) 手洗い・手指消毒(手洗いは30秒程度、石けん・消毒薬の利用)
- (5) 体温測定・健康チェック(熱や風邪の症状がある時は自宅で療養)



### 2 日常生活の各場面別の行動スタイル

#### (1) 買い物

- 通販、電子決済の利用
- 展示品への接触は控える
- レジに並ぶときは、前後にスペース
- 計画を立て、1人又は少人数ですいた時間に素早く済ませます

#### (2) 公共交通機関の利用

- 会話は控えめに
- 混んでいる時間帯を避ける
- 徒歩や自転車も併用する

#### (3) 食事

- 持ち帰りや出前、デリバリーも利用
- お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避ける
- 対面ではなく、横並びで座る
- 会話は控えめに
- 大皿は避け、料理は個々に

#### (4) 娯楽・スポーツ等

- 公園はすいている時間、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
- 予約制を利用する
- 歌や応援は、十分な距離の確保かオンラインで

#### (5) 冠婚葬祭などの親族行事

- 多人数での会食は避ける
- 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

## II 感染拡大を予防する「働き方」(ワークスタイル)

- 在宅勤務(テレワーク)、ローテーション勤務、時差出勤の推進
- 会議はオンラインで
- 対面での打合せは換気とマスクを
- 発熱など体調不良の従業員の出勤を停止
- 職場での「3密」の防止

## III 自然災害と感染症との「複合災害」への備え(災害文化)

### 1 「新型コロナウイルス感染症に対応した避難所運営ガイドライン」の策定(5月末)

### 2 複合災害に対応するための事前準備

- ・自然災害と感染症との「複合災害」を見据え、避難場所・避難所の確保や避難所での対応等について、県、市町、地域が連携して事前に準備
- ・避難判断にあたっては、「マイ避難カード」や「ひょうご防災ネット」アプリを活用