

高知県 新型コロナウイルス感染症に係る緊急事態措置等

5月6日に終了

- 1 昼夜を問わない不要不急の外出自粛
- 2 休業要請（接待を伴う飲食店、カラオケボックス、ライブハウス）
- 3 営業時間短縮の協力要請（飲食店、旅館・ホテルの飲食提供）

要請解除

5月7日～31日まで

- 1 不要不急の他県との往来自粛（観光などによる県外からの来高を含む）
- 2 「夜間の繁華街の接待を伴う飲食店」、「カラオケボックス」、「ライブハウス」への出入り自粛
- 3 一定規模のイベント等の開催・参加の自粛
10人以上のイベント等自粛：5月20日まで 50人以上のイベント等自粛：5月31日まで
- 4 「新しい生活様式」の実践

その他の取り組み

・在宅勤務（テレワーク）や時差出勤等の推進

県立施設

・原則、5月11日から開館

県立学校

・原則、5月25日から再開の方針

5月7日以降に営業を行う県内店舗へのお願い

- ◆ これまで感染防止対策にご協力いただき、深く感謝いたします。
- ◆ 県内の店舗において営業を行う際は、以下の①～④全ての感染対策を講じていただくようお願いいたします。（特に、①において来店者のマスク着用を必須とするのは、来店者と従業員の健康を守るためです。）

- ① 来店者全員 (注1) と従業員全員が マスクを着用 してください。 (注2)
(布マスク等着用でも可)
- ② 来店者全員・従業員全員が 手洗い又は手指消毒を行ってください。
(店舗入口に消毒液を設置すること等)
- ③ 従業員・来店者・客席間の距離を1メートル以上保ってください。
(1メートル以上の距離を保てない場合は透明なビニール等で仕切るなどの工夫を行ってください。)
- ④ 可能な限りの 換気 と適時の 室内消毒を行ってください。

(注1) 飲食時にマスクを外すことになる飲食店等については、以下の3要件を全て満たすようにしてください。

- (ア) 店内にいる時間を短時間にすること
- (イ) 家族又は小規模なグループでの会食に限定すること
- (ウ) 大きな声での会話をしないこと

(注2) マスクを着用するにあたっては、耳の不自由な方が困らないよう、筆談などの配慮をお願いします。

「新しい生活様式」の実践例①

(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。
- 遊びに行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



外出控え



密集回避



密接回避



密閉回避



換気



咳エチケット



手洗い

「新しい生活様式」の実践例②

(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、十分な距離かオンライン

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