

国や県の緊急事態措置延長を受け、村からの各種のお知らせ、村民の皆様へのお願いについて記載しました。

**5月31日までを当面の期間**としますが、感染状況によっては期間が早まる場合もありますので、その際は再度お知らせいたします。

また、裏面には国から示された「新しい生活様式」についての実践例を掲載しましたので、これを参考に、『自分を守る行動』、『自分の大切な人を守る行動』を継続されますようお願いいたします。

## 外出についての自粛

- 繁華街の接待を伴う飲食店等への外出自粛を要請
- 県外への不要・不急の移動の自粛を要請
- 現にクラスターが発生しているような場や、「3つの密」のある場への外出自粛を要請
- これらを除く外出の際には、基本的な感染対策を継続していくという、感染拡大を予防する「新しい生活様式」（裏面参照）の徹底を依頼

## 学校などについて

幼稚園、小学校、中学校は、休園・休校が5月31日まで延長となりますが、状況によっては延長期間が短縮となる場合があります。

ただし、小学校、中学校については必要に応じ、登校日を設ける予定となっております。

保育所、児童クラブ及び幼稚園預かり保育は実施しますが、引き続き家庭内保育にご協力ください。

「自分の身は自分で守る」、「大切な人の身を守る」ことが大切です。

## 集会やイベントについて

真に必要なもの、やむを得ないもの以外は控えてください。  
なお、その場合は感染対策をしっかりと取ってください。

## 村の各施設について

改善センター、公民館、ふるさとホール、各体育施設、各ふれあいセンター等については引き続き休館となります。

## 感染が疑われる場合の連絡先について

感染が疑われる際には、家庭内での感染をまず予防し、下記コールセンターまで電話にてご相談ください。

- 帰国者・接触者相談センター  
電話番号：0120-567-747  
開設時間：24時間／土日祝日も可
- 一般相談（コールセンター）  
電話番号：0120-567-177  
開設時間：平日（8:30～21:00）  
土日祝日（8:30～17:15）

# 「新しい生活様式」の実践例

裏面

## (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
- ・一人または少人数ですいた時間に
- ・電子決済の利用
- ・計画を立てて素早く済ませ
- ・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
- ・すれ違う時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