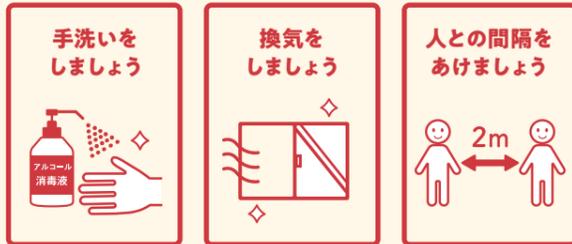


新型コロナウイルス感染症を
乗り越えるために
今、私たちが
できること

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のために
新生活様式のススめ

基本的な感染対策

- ☑ 小まめに手洗い・手指消毒
- ☑ せきエチケットの徹底(外出時はマスク着用)
- ☑ 3密(密閉・密集・密接)を避ける
- ☑ 人との間隔はできるだけ2m(最低1m)
- ☑ 会話は可能な限り真正面を避ける
- ☑ 窓を開け、小まめな換気(1時間に5~10分程度)
- ☑ 地域の感染状況に注意する



新生活様式を実践しましょう!

1 買い物様式のススめ

- 1人または少人数で空いた時間に
- 計画をたてて素早く済ます
- 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
- 電子決済を利用する
- 通信販売も利用する



2 食事様式のススめ

- 対面を避けるなど座り方を工夫する
- おしゃべりは控えめに
- 大皿は最初に取り分ける
- お酌は控え、まわし飲みはしない
- 持ち帰りやデリバリーも活用



3 スポーツ・娯楽様式のススめ

- 散歩やジョギングは少人数で
- すれ違うときは距離をとる
- 公園は、空いた時間、場所を選ぶ
- 施設利用時は予約して混雑を避ける



4 働き方様式のススめ

- テレワーク、ローテーション勤務の導入
- 時差出勤でゆったりと
- オフィスはひろびろと
- 会議はオンラインを活用
- 打合せはマスク着用、スペースの確保



(出典:大分県新型コロナウイルス感染症対策本部ホームページをもとに作成)

**表紙の
ことば**

疫病から人々を守るとされている妖怪「アマビエ」。今回は、市内で活動するアーティスト4人にコロナウイルス終息への願いを込めて作品を制作していただきました。9月22日(火)まで「アマビエ」の原画等を、市美術館に展示しています。ぜひお越しください。

**新型コロナウイルス感染症を
乗り越える**

いまだに分からないことも多い新型コロナウイルス感染症。
未曾有の事態にある今、私たちにできることは?

今、だからこそ
新しい受診のマナーを

発熱など風邪のような症状が見られるときは、学校や会社を休み、外出を控え、毎日体温を測り記録してください。すぐにでも病院に行きたいと思う人は多いでしょうが、まずはかかりつけ医、または近隣の医療機関に電話で症状を伝え、受診方法の指示に従いましょう。また、複数の医療機関を受診することにより感染が拡大した例がありますの



大分市保健所 保健予防課 保健師

で、複数の医療機関を受診することはお控えください。受診の際は、必ずマスクを着用するほか、手洗いやせきエチケットの徹底をお願いします。私たち一人ひとりが気を付けることで、院内感染やクラスターの発生による休診や医療崩壊という最悪の事態を防ぎ、治療や検査に携わっている医療従事者の皆さんの安全を守ることもつながります。新しい生活様式の一つとして、発熱などの症状がある場合は、いきなり病院には行かず、まず医療機関へ電話するというを守っていきましょう。

マスク熱中症にも注意

9・10月は、まだまだ残暑も厳しく、マスク着用による熱中症には気を付けなければなりません。周囲に人がいないときはマスクを外すなどして、状況に応じた使い分けをしながら、健康管理に努めましょう。

※相談の目安は「発熱や息苦しさ(呼吸困難)、強いだるさ(倦怠感)、味覚障害などいずれかの症状がある場合」や「発熱やせきなど比較的軽い風邪の症状が続く場合」などです。
→市ホームページ参照 <https://www.city.oita.oita.jp/o096/singatakoronaurirusu.html>

ホームページは
こちら▶



**新型コロナウイルス接触確認アプリ「COCOA」の
インストールのご協力をお願いします!**

接触確認アプリは、新型コロナウイルス感染症の陽性者と接触した可能性について、通知を受け取ることができる、スマートフォンのアプリです。

本アプリは、利用者ご本人の同意を前提に、スマートフォンの近接通信機能(Bluetooth)を利用し、お互いに分からないようプライバシーを確保した上で、新型コロナウイルス感染症の陽性者と接触した可能性について、通知を受け取ることができます。

- 接触に関する記録は、端末の中だけで管理し、外には出ません
- どこで、いつ、誰と接触したのかは、互いに分かりません

利用者は、陽性者と接触した可能性が分かることで、検査の受診など保健所のサポートを早く受けることができます。利用者が増えることで、感染拡大の防止につながることが期待されます。詳しくは、厚生労働省ホームページをご覧ください。



iPhoneの人はこちら▶



Androidの人はこちら▶



厚生労働省ホームページは
こちら▶



「新型コロナウイルス接触確認アプリ」(厚生労働省) (https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/cocoa_00138.html)をもとに作成