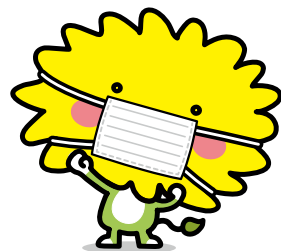


新型コロナウイルスにうつらない  
うつさない

# 新しい生活様式の実践を



新型コロナウイルス感染症はこれまでの国内外の感染状況から、市内でも、いつ、どこにおいても発生する可能性があります。「新しい生活様式」を実践し、感染しない、感染させない生活習慣を行きましょう。

## 1 一人ひとりの基本的感染症対策

- 人との間隔は、できるだけ2メートル（最低1メートル）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

## 移動に関する感染症対策

- 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。帰省や旅行は控えめに。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

- 小まめに手洗い・手指消毒
- 咳エチケットの徹底
- 小まめに換気
- 身体的距離の確保
- 3密の回避（密集、密接、密閉）
- 毎朝に体温測定、健康チェック、発熱または風邪の症状がある場合は無理せず自宅で療養

## 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
- 計画を立てて素早く済ませます
- 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

## 新型コロナウイルス感染症対策への ご寄附をお願いいたします

本市では、新型コロナウイルス感染症に関する対策の充実を図るため、企業や団体、個人の皆さまからのご寄附を受け付けています。寄附金は、感染症対策に有効に活用させていただきます。

### 【寄附金の活用方法】

感染を防止するための事業、生活に困窮されている方を支援する事業、地域経済を振興するための事業ほか感染症対策全般の事業。

※感染症対策の具体的な使い道は指定できません。

### 【寄附の申込方法】

個人の場合 市ホームページのふるさと阿南応援事業「ふるさと納税」からお願いたします。

※返礼品はございませんのでご了承ください。

法人（企業・団体）の場合 寄附申込書（企画政策課備え付け、市ホームページに掲載）に必要事項を記入の上、企画政策課までお申し込みください。後日、納付書等を送付させていただきます。

### 問い合わせ

個人の場合 ふるさと未来課 ☎ 22-7404  
法人の場合 企画政策課 ☎ 22-3429

## 公共交通機関の利用

- ジョギングは少人数で
  - すれ違うときは距離を取るマナー
  - 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
- 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

- 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
- 料理に集中、おしゃべりは控えめに
- お酌、グラスやおちょこ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
- オフィスは広々と
- 会議はオンライン
- 名刺交換はオンライン
- 対面での打ち合わせは換気とマスク

## 阿南市版

### 「新しい営業様式」への3つの取組

飲食業者向けに「新しい生活様式」を取り入れた阿南市版「新しい営業様式」(宿泊・飲食・サービス業)を作成しましたので、ご利用ください。

#### 1 3密回避への取組

- 小まめな換気
- 入場者数の制限
- 受付やロビー、喫煙所での密集防止
- 人との距離の確保

#### 2 感染防止への取組

- マスクの着用
- まめに手洗い・手指消毒
- 手に触れる場所の消毒
- 入口等に消毒設備
- ジェットタオル、共通タオルの使用中止
- 対面席の回避または仕切りの設置
- 症状のある従業員の出勤制限

#### 3 安全・安心に配慮した取組

- 事前予約の活用
- デリバリー・テイクアウトの推進
- 酒類提供時間の取り決め
- 高齢者等への配慮

## 災害時の避難について、知っておくべき5つのポイント

- 避難とは(難)を(避)けること。安全な場所にいる人まで避難場所に行く必要はありません。
- 避難先は、公民館や小中学校だけではありません。安全な親戚や知人宅に避難することも考えてみましょう。
- 避難所ではマスク、消毒液、体温計が不足しています。できるだけ自ら携行してください。

- 避難場所・避難所が、変更・増設されている可能性があります。災害時には市ホームページ等で確認してください。
- 豪雨時の屋外の移動は車も含め危険です。やむをえず車中泊をする場合は浸水しないよう周囲の状況等を十分確認してください。

問い合わせ 危機管理課 ☎ 22・9191

## 特別定額給付金の申請はお済みですか？

新型コロナウイルス感染症緊急経済対策による、特別定額給付金(1人10万円)の手続きが始まっています。令和2年4月27日時点で阿南市に住民票がある方に、手続き書類を郵送しています。届いていない世帯はご連絡ください。郵送での申請またはオンライン申請で、期限までに手続きをお願いします。

【申請期限】令和2年8月25日(火)まで

特別定額給付金を装った詐欺に注意！

不審な電話などがあった場合はご相談ください。

問い合わせ 定額給付金対策室 ☎ 22・8286