

まん延(えん)防止等(ぼうしとう) 重点措置(じゅうてんそち)が つづきます ウイルスに かからないように 気(き)をつけてください!

兵庫県(ひょうごけん)の「まん延(えん)防止等(ぼうしとう)重点措置(じゅうてんそち)」は 3月(がつ)6日(おいか)まで つづきます。兵庫県(ひょうごけん)で ウイルスに かかる人(ひと)は すこしずつ 減(へ)っています。

でも 今(いま)も 1週間(しゅうかん)に 平均(へいきん) 4000人(にん)以上(いじょう)が ウイルスに かかっています。そして ウイルスに かかって 重(おも)い病気(びょうき)になる人(ひと)が 増(ふ)えています。

とくに 学校(がっこう)、保育所(ほいくしょ)、高齢者施設(こうれいしゃしせつ)、働(はたら)いている場所(ばしょ)で ウイルスに かかる人(ひと)が 多(おお)いです。病院(びょういん)や 医者(いしゃ)が 足(た)りなくなるかもしれません。働(はたら)くことができる人(ひと)が 減(へ)って、みなさんの生活(せいかつ)が 変(か)わってしまうかもしれません。ウイルスが 広(ひろ)がるのを はやく 止(と)めなければ なりません。オミクロン株(かぶ)に かからないように よく 気(き)をつけてください。

【オミクロン株(かぶ)の特徴(とくちょう)】

- ・ 飛沫(ひまつ)から ウイルスに かかることや、新(あた)らしい空気(くうき)が 入(はい)らない部屋(へや)で ウイルスに かかることが 多(おお)いです。
- ・ 子(こ)どもが ウイルスに かかりやすいです。学校(がっこう)で 子(こ)どもが ウイルスにかかって、家(いえ)で ウイルスが 広(ひろ)がることが 多(おお)いです。
- ・ 65歳(さい)以上(いじょう)の人(ひと)で 病気(びょうき)がある人(ひと)が、ウイルスに かかって 病気(びょうき)が悪(わる)くなることがあります。

1. ウイルスに かからないように 気(き)をつけてください

- ときどき 部屋(へや)に 新(あたら)しい空気(くうき)を 入(い)れてください。マスクを してください。
よく 手(て)を 洗(あら)って 消毒(しょうどく)してください。
新(あたら)しい空気(くうき)が 入(はい)らない場所(ばしょ)に 行(い)かないでください。
人(ひと)が 多(おお)い場所(ばしょ)に 行(い)かないでください。
人(ひと)と 近(ちか)くて 話(はな)さないでください。
ウイルスに かからないように、毎日(まいにち)の生活(せいかつ)の中(なか)で よく 気(き)をつけて
ください。
- 人(ひと)と ごはんを 食(た)べるとき、少(すく)ない人数(にんずう)で 食(た)べてください。
できるだけ 話(はな)さないで 食(た)べてください。話(はな)すとき かならず マスクを してください。
不織布(ふしょくふ)マスクが おすすめです。
- 人(ひと)に 物(もの)を 借(かり)たり いっしょに 物(もの)を 使(つか)ったり しないでください。
飛沫(ひまつ)が ついているかもしれません。人(ひと)と いっしょに 使(つか)う物(もの)は
使(つか)う前(まえ)と 使(つか)った後(あと)に かならず 消毒(しょうどく)してください。
- 家(いえ)でも よく 手(て)を 洗(あら)って 消毒(しょうどく)してください。
部屋(へや)に 新(あたら)しい空気(くうき)を 入(い)れてください。
家族(かぞく)の 体(からだ)の具合(ぐあい)に 気(き)をつけてください。
子(こ)どもが ウイルスに かからないように よく 気(き)をつけてください。

2. ウイルスに かかりやすいことを しないでください

- ・ 人(ひと)が 多(おお)い場所(ばしょ)に できるだけ 行(い)かないでください。
人(ひと)が 多(おお)い時間(じかん)に 外(そと)に 行(い)かないでください。
少(すく)ない人数(にんずう)で 行動(こうどう)してください。
- ・ とくに 65歳(さい)以上(いじょう)の人(ひと)や 病気(びょうき)が ある人(ひと)は ウイルスに
かかりやすい行動(こうどう)を 少(すく)なくしてください。
人(ひと)と 会(あ)うとき、少(すく)ない人数(にんずう)で 会(あ)ってください。
- ・ たくさんの人(ひと)が 来(く)る施設(しせつ)は ウイルスが 広(ひろ)がらないように よく 気(き)を
つけてください。
お客(きゃく)さんが 多(おお)く なりすぎないように してください。
お客(きゃく)さんが マスクを するように 注意(ちゅうい)してください。
飛沫感染(ひまつ かんせん)を しないように 対策(たいさく)を してください。
- ・ 熱(ねつ)が あるときや 体(からだ)の具合(ぐあい)が 悪(わる)いとき、できるだけ 外(そと)に
行(い)かないでください。

3. ワクチンを 注射(ちゅうしゃ)してください

- ・ 3回目(かいめ)のワクチンを 注射(ちゅうしゃ)してください。
ワクチンを 注射(ちゅうしゃ)したあとも、ウイルスに かからないように 気(き)をつけてください。

クラスターが 起(お)こらないように するために

※「クラスター」 同(おな)じ場所(ばしょ)で たくさんの方が ウイルスに かかること

学校(がっこう)
など

- 下(した)のような ウイルスに かかりやすい活動(かつどう)は できるだけ しないで ください。

れい

- ・ 教室(きょうしつ)で 人(ひと)と 近(ちか)くなって 合唱(がっしょう)すること
- ・ 教室(きょうしつ)で 人(ひと)と 近(ちか)くなって リコーダーなどの 管楽器(かんがっき)を 演奏(えんそう)すること
- ・ 体育(たいいく)で たくさんの人(ひと)が 近(ちか)くに 集(あつ)まって 運動(うんどう)すること

- 体育(たいいく)の授業中(じゅぎょうちゅう)、運動(うんどう)を していないときは できるだけ マスクを してください。
- 部活動(ぶかつどう)について、他(ほか)の学校(がっこう)との 練習試合(れんしゅうじあい)や 合宿(がっしゅく)などを できるだけ しないでください。公式試合(こうしきじあい)は 参加(さんか)しても いいです。
- 子(こ)どもの年齢(ねんれい)などに 合(あ)わせて、学校(がっこう)に 来(く)る時間(じかん)を 変(か)えたり オンライン授業(じゅぎょう)を したり してください。

クラスターが 起(お)こらないように するために

※「クラスター」 同(おな)じ場所(ばしょ)で たくさんの人が ウイルスに かかること

保育所(ほいくしょ)

認定(にんてい)
こども園(えん)

放課後(ほうかご)
児童(じどう)クラブ
など

- スタッフや 親(おや)は かならず マスクを してください。
マスクを することが できる子(こ)どもは スタッフと親(おや)が よく 気(き)をつけながら 今(いま)は できるだけ マスクを してください。
- ※2歳(さい)より 下(した)の 子(こ)どもは マスクを しないほうがいいです。もし 0歳(さい)から 2歳(さい)の子(こ)どもが マスクを するときは、体(からだ)の 具合(ぐあい)に とくに よく 気(き)をつけてください。
- ※子(こ)どもの 体(からだ)の 具合(ぐあい)が 悪(わる)いときや、マスクを 長(なが)い時間(じかん) することが できない子(こ)どもは、がんばって マスクを しなくても いいです。
- ウイルスに かかりやすい活動(かつどう)を しないでください。人数(にんずう)が 少(すく)ないグループに するなど、ウイルスが 広(ひろ)がらないように してください。
- 遊具(ゆうぐ)やおもちゃを みんなで 使(つか)うときは 消毒(しょうどく)してください。
- たくさん 人(ひと)が 集(あつま)る行事(ぎょうじ)は できるだけ しないでください。
親(おや)が 来(く)る行事(ぎょうじ)は 中止(ちゅうし)か 延期(えんき)してください。
- 手(て)を よく 洗(あら)ってください。できるだけ 向(む)かい合(あ)って 座(すわ)らないように してください。
- スタッフが ウイルスに かかったかもしれないときは、早(はや)く 仕事(しごと)に 戻(もど)ることが できるように 検査(けんさ)を してください。

クラスターが起(お)こらないようにするために

※「クラスター」同(おなじ)場所(ばしょ)で たくさんの方が ウイルスに かかること

高齢者施設
(こうれいしゃしせつ)
など

- 兵庫県(ひょうごけん)は 介護施設(かいご しせつ)のための 感染予防(かんせん よぼう)ポスターや チェックリストを 作(つく)りました。
ポスターや チェックリストを 見(み)て、ウイルスが 広(ひろ)がらないように 気(き)をつけてください。
または 国(くに)の「介護現場(かいご げんば)における 感染対策(かんせん たいさく)の手引(てび)き」を見(み)てください。
- 感染管理認定看護師(かんせん かんり にんてい かんごし)の派遣(はけん)など、
ウイルスが 広(ひろ)がらないための 取組(とりくみ)をしてください。
- スタッフや 施設(しせつ)を 利用(りよう)する人(ひと)の 体(からだ)の具合(ぐあい)に 毎日(まいにち)よく 気(き)をつけてください。
何回(なんかい)も 検査(けんさ)を 受(う)けてください。

店(みせ)
施設(しせつ)
会社(かいしゃ)
など

- できるだけ 家(いえ)で 仕事(しごと)を してください。仕事(しごと)で 会社(かいしゃ)に 来(く)る人(ひと)を 少(すく)なく してください。
テレワーク(在宅勤務 ざいたく きんむ)を 早(はや)めに 始(はじ)めてください。
- 仕事(しごと)のために ウイルスが 広(ひろ)がっている地域(ちいき)に 行(い)くときは、
マスクを したりして、ウイルスに かからないように よく 気(き)をつけてください。
- ウイルスが 広(ひろ)がっているときも 仕事(しごと)を 続(つづ)けなければならない店(みせ)、施設(しせつ)、会社(かいしゃ)は、BCP(業務継続計画 ぎょうむ けいぞく けいかく)を 確認(かくにん)してください。とくに たいせつな仕事(しごと)を 決(き)めたり、必要(ひつよう)な物(もの)が 無(な)くならないように、早(はや)めに 買(か)ったり してください。仕事(しごと)を 続(つづ)けることができるように、準備(じゅんび)してください。