

全警協発第 81 号  
令和 2 年 5 月 14 日

協会長 各位

(一社) 全国警備業協会  
専務理事 福島 克臣

「警備業における新型コロナウイルス感染予防対策ガイドライン」  
の周知徹底について

謹 啓

時下ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

平素当協会の運営につきまして格別のご高配を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、新型コロナウイルス感染症対策専門家会議「新型コロナウイルス感染症対策の状況分析・提言」（2020年5月4日）においては、「今後、感染拡大の予防と社会経済活動の両立を図っていくに当たっては、特に事業者において提供するサービスの場面ごとに具体的な感染予防を検討し、実践することが必要になる。社会にはさまざまな業種等が存在し、感染リスクはそれぞれ異なることから、業界団体等が主体となり、また、同業種だけでなく他業種の好事例等の共有なども含め、業種ごとに感染拡大を予防するガイドライン等を作成し、業界をあげてこれを普及し、現場において、試行錯誤をしながら、また 創意工夫をしながら実践していただくことを強く求めたい。」とされたところであります。

また、政府の新型コロナウイルス感染症対策本部決定である「新型コロナウイルス感染症対策の基本的対処方針」（令和2年5月4日変更版）では、「事業者及び関係団体は、今後の持続的な対策を見据え、5月4日専門家会議の提言を参考に、業種や施設の種別ごとにガイドラインを作成するなど、自主的な感染防止のための取組を進めることとし、政府は、専門家の知見を踏まえ、関係団体等に必要な情報提供や助言を行うこととする。」とされたところであります。

このような背景を受け、警備業として、新型コロナウイルス感染拡大の防止を図りつつ、良質な警備業務をお客様に提供していくため、専門家会議提言に記載された「業種ごとの感染拡大予防ガイドラインに関する留意点」等に留意しながら、別添の「警備業における新型コロナウイルス感染予防対策ガイドライン」を策定し、本日全警協 HP に掲載したところであります。

つきましては、業務ご多忙のところ恐縮に存じますが、管内各加盟員に対し、本ガイドラインを周知徹底いただくとともに、各事業者の実情に合わせた対応策を講じられ、一層の感染防止に努めていただきますようご指導方お願い申し上げます。

なお、本ガイドラインの作成に当たりましては、警察庁及び複数の警備業者からご意見を聴取したほか、警察庁を通じて医療従事者（有識者）の監修を頂いたことを申し添えます。

また、本ガイドラインは、新型コロナウイルスに関する政府の動向等を踏まえて、随時見直すこととしておりますので、その際には、改めてご意見を賜りたいと存じますので、よろしくごお願い申し上げます。

謹 白

## 警備業における新型コロナウイルス感染予防対策ガイドライン

令和2年5月14日策定  
(一社) 全国警備業協会

### 1. はじめに

新型コロナウイルス感染症対策専門家会議「新型コロナウイルス感染症対策の状況分析・提言」(2020年5月4日)においては、「今後、感染拡大の予防と社会経済活動の両立を図っていくに当たっては、特に事業者において提供するサービスの場面ごとに具体的な感染予防を検討し、実践することが必要になる。社会にはさまざまな業種等が存在し、感染リスクはそれぞれ異なることから、業界団体等が主体となり、また、同業種だけでなく他業種の好事例等の共有なども含め、業種ごとに感染拡大を予防するガイドライン等を作成し、業界をあげてこれを普及し、現場において、試行錯誤をしながら、また 創意工夫をしながら実践していただくことを強く求めたい。」とされたところである。

また、政府の新型コロナウイルス感染症対策本部決定である「新型コロナウイルス感染症対策の基本的対処方針」(令和2年5月4日変更版)では、「事業者及び関係団体は、今後の持続的な対策を見据え、5月4日専門家会議の提言を参考に、業種や施設の種別ごとにガイドラインを作成するなど、自主的な感染防止のための取組を進めることとし、政府は、専門家の知見を踏まえ、関係団体等に必要な情報提供や助言を行うこととする。」とされたところである。

このような背景を受け、警備業として、新型コロナウイルス感染拡大の防止を図りながら、良質な警備業務をお客様に提供していくため、専門家会議提言に記載された「業種ごとの感染拡大予防ガイドラインに関する留意点」等に留意しながら、当面の対策をとりまとめたところである。

本ガイドラインは、各警備業者が新型コロナウイルス感染予防を行いながら、適正な警備業務を実施するに当たっての対策等を取り纏めたものである。警備業者と警備業務提供先(契約先)との間で緊密な連携を図り、各事業者の実情に合った対応をされたい。

なお、本ガイドラインは、新型コロナウイルスに関する政府の動向等を踏まえて、随時見直すこととする。

## 2. 感染防止のための基本的な考え方

警備業は、社会活動を維持するために、企業活動・治安の維持に必要な不可欠なサービスを担っており、単に感染拡大を防止するだけでなく、最低限の事業継続も確保する必要がある。

また、警備業は、不特定多数者との応接・接触が避けられない業務であることから、新型コロナウイルス感染症の主な感染経路である飛沫感染と接触感染のそれぞれについて、自社の警備員（内勤者を含む）（以下「警備員等」という）や警備業務提供先（契約先）の関係者に係るリスクを評価し、そのリスクに応じて、接触の回避や対人距離の確保、換気や消毒の実施等に留意して、徹底した感染予防策を行うこととする。

警備業者が提供しているサービスに係る接触感染に係るリスクとしては、警備車両や装備品の使用に係るもの、手荷物の検査に係るもの等が考えられ、また、飛沫感染に係るリスクとしては、不特定又は多数の者との応接等に係るものが考えられることから、「3. 講じるべき具体的な対策」のとおり、具体的な対策を講じることとする。

## 3. 講じるべき具体的な対策

### (1) 基本的予防策

警備業者は、次の点に留意しつつ、警備員等向けの感染予防策に取り組むものとする。

#### ア 健康管理

- ・ 警備員等に対し、出勤前に、体温や症状の有無を確認させ、具合の悪い者は、必ず管理者等へ報告させ、自宅待機とすること。また、勤務中に具合が悪くなった警備員等も、直ちに帰宅させ、自宅待機とすること。
- ・ 発熱や具合が悪く自宅待機となった警備員等の健康状態を毎日確認すること。症状に改善が見られない場合は、医師や保健所への相談を指示すること。
- ・ 勤務形態が直行直帰の警備員等に対しては、上下番時に

健康状態について報告をさせるとともに、定時報告の回数を増やすなどして、より健康管理の把握に努めること。

#### イ 通勤

- ・ 警備員等の通勤手段として、公共交通機関を利用する場合は、可能な限り時差通勤を実施し、マスクの着用（マスクは口と鼻をしっかりと覆い、外すときは表面を触れずヒモを外す（図1参照）。また、マスクのずれを直すときもできるだけ端をつまんで直すようにする。）、私語をしないこと等の十分な感染予防策を徹底すること。
- ・ 可能な限り徒歩や自転車利用の併用及び自家用車等による通勤を行い、感染予防に努めること。

#### ウ 勤務・教育

- ・ 警備員等に対し、始業時（出勤したらすぐに手を洗う（図2参照）。）、休憩後を含め、定期的な手洗いを徹底すること。また、手指消毒液（図3参照）を配置すること。
- ・ 警備員等に対し、関係者等と接触する際には、マスクは外さず、可能な限り2メートルを目安に一定の距離を保つよう周知を徹底するほか、契約先関係者にもその旨の理解を得られるよう努めること。
- ・ 警備員等に対し、勤務中のマスク、手袋等の装着を促すこと。特に、警備員の巡回及び現場の対応時は、手袋を装着し、脱いだ後は石鹸と流水で手を洗うほか、適宜手袋の消毒を行うなど接触感染の防止にも努めること。
- ・ 朝礼や警備員教育などは、小グループにて行うなど、大人数が一度に集まらないようにすること。その他、更衣室の利用が必要な場合においても、時差利用を行うなど、混雑や接触を可能な限り抑制すること。
- ・ 業務に応じて可能な場合には区域を整理（ゾーニング）し、連絡には携帯電話やメール等を極力活用することにより、警備員等が不必要に他の区域との往来しないようにすること。
- ・ 制服や衣服はこまめに洗濯させること。
- ・ 業務に応じて可能な限り、テレワークやオンライン会議

を行い、極力「3つの密」を回避すること。

- ・ 可能な限りローテーション勤務を行い、警備会社内の「3つの密」を回避すること。

#### エ 休憩、仮眠等

- ・ 休憩室等への入退室の前後に手洗いを徹底すること。
- ・ 喫煙を含め、休憩、仮眠等をとる場合には、2メートル以上の距離を確保するよう努める、一定数以上が同時に休憩スペースに入らない、屋内休憩スペースについては換気を行うなど、3つの密を防ぐことを徹底すること。
- ・ 休憩室等での飲食についても、時間をずらす、椅子を間引くなどにより、2メートル以上の距離を確保するよう努めること。施設の制約等により、これが困難な場合も、対面で座らないようにすること。
- ・ コップなど口が触れるようなものは、使い捨てにするか個人別とし使いまわさない。また、仮眠室の寝具等は、可能な限り個人毎の配付とし、他の警備員等と共用しないこと。

#### オ 警備車両、装備品、設備等

- ・ 業務中に警備員等が使用または触れる警備車両、装備品、設備等について、警備員等が交代するタイミングを含め、定期的に消毒を行うこと。また、いわゆる警備ロボットに搭載されたタッチパネル等、不特定多数の者が触れる設備や機器についても同様とすること。
- ・ 洗面所備品、トイレ、蛇口、ドアノブ、ゴミ箱、テーブル、椅子、電気のスイッチ、電話、キーボード、タブレット、タッチパネル、手すり、エレベーターのボタンなどの共有設備については、頻繁（実施回数は各社で実施可能な範囲（例えば午前1～2回、午後1～2回など）で決める。）に洗浄・消毒を行うこと。
- ・ 清掃・消毒においては、市販されている界面活性剤含有の洗浄剤や漂白剤を用いて清掃すること。通常の清掃後に、不特定多数が触れる環境表面を、始業前、終業後に清拭消毒することが重要である。手が触れることがない床や壁は、

通常の清掃でよい。

- ・ トイレにおいてハンドドライヤーは止め、共通のタオルは設置しないこと。また、便座を除菌して使用することやトイレの蓋を閉めて汚物を流すようにすること。
- ・ ゴミはこまめに回収し、ビニール袋に密閉して廃棄すること。ゴミの回収など清掃作業を行う警備員等は、マスクや手袋を着用し、作業後に手洗い等を徹底すること。
- ・ 事務所全体や個別の業務スペースの換気（風の流れができるよう、2方向の窓を、1回につき数分間程度、全開にする。換気回数は毎時2回以上確保する。）に努めること。
- ・ 警備車両に複数名で乗車する場合も、業務に応じて窓を開けるか、車両備付けの換気機能を活用して換気すること。
- ・ 警備業務提供先（契約先）における設備等についても上記の感染予防策について協議や申し入れを行うこと。

#### カ 警備員等の意識向上

- ・ 警備員等に対し、感染防止対策の重要性を理解させ、日常生活を含む行動変容を促すこと。例えば、これまで新型コロナウイルス感染症対策専門家会議が発表している「人との接触を8割減らす10のポイント」、「『新しい生活様式』の実践例」、「3つの密を避けましょう！」及び「新型コロナウイルス相談・受診についての新たな目安」を周知するなどの取組を行うこと。（資料参照）

#### キ その他

- ・ 警備業務提供先（契約先）に対し、警備業務実施上の観点から見た新型コロナウイルス感染拡大防止対策、例えば消毒設備の設置や非接触型体温計の導入、体調不良や発熱等の症状がある方の入場制限等について提案を行うなど、緊密な連携を図ること。
- ・ 労働、安全衛生管理等の関連法令上の義務を遵守すること。

#### (2) 警備業務の区分に応じた感染のリスク評価と感染予防策

警備業務は「施設警備業務」、「雑踏・交通誘導警備業務」、「貴重品等運搬警備業務」及び「身辺警備業務」の4区分に分類さ

れることから、それぞれの業務に応じた感染のリスク評価を行い、感染予防策に取り組む。

#### ア 施設警備業務

- ・ 官公庁や商業施設などの施設警備業務に従事する警備員は、施設内における拾得物を取り扱うことから、拾得物からのウイルス感染を防止するため、拾得物などを扱う際は、手袋を着用するとともに、拾得物などを扱った後は、手指をアルコール消毒すること。
- ・ 空港等の施設における手荷物検査等に従事する警備員は、手荷物を扱う機会や、身体検査のため身体に触れる機会があり、警備員から飛沫感染、接触感染するおそれもあることから、手荷物検査等を行う際は、警備員は手袋とマスクを着用するとともに、こまめに手指をアルコール消毒すること。
- ・ 防災センターや監視センター等での複数勤務の際は、警備員間で2メートルの距離を確保するよう努め、それが困難な場合には、飛沫感染・接触感染を防止する目的で、例えばビニールシートやガラス・ポリカーボネードなどの物理的な囲いを設けるようなことも検討すること。

#### イ 雑踏・交通誘導警備業務

雑踏・交通誘導警備業務に従事する警備員は、不特定又は多数の者と応接等する機会があり、かつ、警備業務用資機材である誘導灯・手旗・ハンドロップなどを複数の警備員で使用するため、資機材を介しての接触感染のおそれも高いことから、警備業務用資機材をこまめにアルコール消毒するとともに、警備員は手袋とマスクを着用すること。

また、雑踏・交通誘導警備業務において広報をする際には、拡声器を使用すること。

#### ウ 貴重品等運搬警備業務

貴重品等運搬警備業務の運搬用車両は通常、警備員2人1組で使用されるものの、車両の窓ガラスは防犯上、開けることが好ましくないことから、いわゆる「3つの密」状態になりやすいため、警備員はマスクを着用するとともに、相勤者

との不要な会話を控えるほか、車両備付けの換気機能を活用して、運搬用車両内の換気を行うこと。

#### エ 身辺警備業務

身辺警備業務に従事する警備員は、警備対象者と車両、電車、航空機内においても行動を共にするため、警備対象者の家族同様に濃厚接触者となるおそれがあるため、警備員はマスクを着用すること。

#### (3) 感染者等が発生した際の対応

警備業者は、自社または警備業務提供先（契約先）において感染者等が発生した際は、次のとおり、対応するものとする。

##### ア 自社で疑似症および感染者等が発生した際の対応

- ・ 自社の警備員等の感染の疑いが確認された場合には、当該警備員等は、厳に出勤しないようにすること。以下に該当する場合は、帰国者・接触者相談センターに相談すること。

＜帰国者・接触者相談センターへの相談基準（2020年5月8日現在）＞

○少なくとも以下のいずれかに該当する場合には、すぐに御相談ください。（これらに該当しない場合の相談も可能です。）

☆息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、高熱等の強い症状のいずれかがある場合

☆重症化しやすい方（※）で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合

（※）高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患（COPD等）等の基礎疾患がある方や透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方

☆上記以外の方で発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続く場合

（症状が4日以上続く場合は必ずご相談ください。症状には個人差がありますので、強い症状と思う場合にはすぐに相談してください。解熱剤などを飲み続けなければならない方も同様です。）

○相談は、帰国者・接触者相談センター（地域により名称が異なることがあります。）の他、地域によっては、医師会や診療所等で相談を受け付けている場合もあるので、ご活用ください。

新型コロナウイルス感染症についての相談・受診の目安について（厚労省事務連絡・令和2年5月8日）

- ・ 感染した警備員等及び濃厚接触者と認められた警備員等を回復後に職場に復帰させるに当たっては、最寄りの保健所と相談の上、適切に判断すること。
- ・ 新型コロナウイルス感染症から回復した警備員等やその関係者が、差別されるなどの人権侵害を受けることのないよう、警備員等を指導し、円滑な社会復帰のための十分な配慮を行うこと。



- ・ 自社の警備員等、特に現場の警備員で感染者が発生した場合、自社の警備員等の間で相互応援体制を構築し、事業継続が図れるよう努めること。
- イ 警備業務提供先（契約先）内で感染者等が発生した際の対応及び事前調整
- ・ 警備業務提供先（契約先）内で感染が疑われる者の情報を得た場合は、当該契約先の責任者及び自社の管理者等に速やかに報告すること。
  - ・ 警備業務提供先（契約先）に感染者が発生した場合の対応について、警備業務提供先（契約先）と可能な限り事前に調整しておくこと。
  - ・ 警備員等の二次感染を防止するため、消毒範囲を把握し、消毒前に感染場所には立ち入らないこと。
- ウ その他
- ・ 衛生管理責任者と保健所との連絡体制を確立し、保健所の聞き取り等に必ず協力すること。
  - ・ 高齢者や持病のある方については、感染した場合の重症化リスクが高いことから、警備員等においても、より慎重で徹底した対応を検討すること。

#### 4 おわりに

警備業は、社会の安定の維持の観点から、緊急事態措置の期間中においても、企業の活動を維持するために不可欠なサービスを提供する関係事業者に含まれており、最低限の事業継続をしていくことが政府からも求められている。このため、事業を継続していく上で、感染予防等の実践に当たっては、先に述べたとおり、以上の内容について、警備業者と警備業務提供先（契約先）との間で緊密な連携を図り、各事業者の実情に合った対応をされたい。

# 安全なマスクの着け方と外し方

## 口罩的正确戴脱方法

### Safe Donning and Removal of Mask

#### 着け方

#### 如何穿上 Donning

#### Key point 重点

鼻と口、あごまで  
きちんと覆う!  
不仅要覆盖口鼻,  
下巴也要紧紧包  
住!

Make sure to  
cover nose,  
mouth and chin!



1 ノーズ  
ピース  
部分に  
折り目を  
つける

金属条挤出弯折部分  
Crease the nose bridge part  
of the mask.



2 ゴムヒモ  
を耳に  
かける

耳朵戴上套环  
Put the elastic band on ears.



3 針金を  
顔の形に  
合わせる

金属条配合脸型佩戴舒适  
Fit the flexible wire to face.



4 蛇腹を  
あごの下  
まで  
伸ばし  
鼻と口を  
覆う

罩面拉伸至下巴,  
使口罩完全覆盖口鼻  
Expand the bellows to chin and  
make sure to cover nose and  
mouth.

#### 外し方

#### 如何脱下 Removal



1 表面に  
触れないように  
ゴムヒモを  
外す

摘下时不要触碰到罩面

Remove the elastic band from ears without  
touching the surface of the mask.



2 表面に  
触れないように  
ゴムヒモを  
持って捨てる

丢弃时也不要触碰到罩面

Discard the mask by grasping the elastic band  
avoiding to touch the surface of the mask.

#### Key point 重点

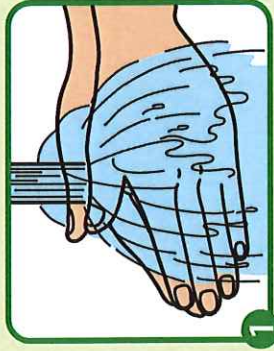
- マスクの表面に触れないように外して、捨てる!
- マスクを外した後手指衛生を行う
- 衛生的に使用するため、適時交換する
- 口罩摘下, 丢弃时不要触碰到罩面!
- 口罩摘下后请做手卫生消毒
- 为了保持卫生, 请定时交换
- Do not touch the surface of the mask when removing.
- Perform hand hygiene after removing the mask.
- Change to the new mask at proper time for its hygienic use.



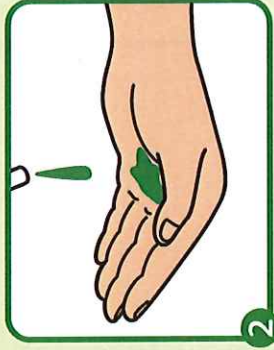
# 手指の正しい洗浄手順

正确的洗手顺序

## Effective Handwash Procedure



1 まず手指を流水でぬらす  
首先冲湿双手  
Wet hands with running water.



2 石けん液を適量手の平に  
受け取る  
接适量的皂液  
Apply hand soap onto the palm.



3 手の平と手の平を  
擦り合わせよく泡立てる  
揉搓至起泡  
Rub hands palm to palm and  
make good foam.



4 手の甲をもう片方の  
手の平でもみ洗う(両手)  
揉搓手背  
Rub the back of the right hand  
moving the left hand's palm  
back and forth, and vice-versa.



5 指を組んで両手の指の間を  
もみ洗う  
手指交叉揉搓  
Rub between the fingers by  
interlocking the fingers.



6 親指をもう片方の手で包み  
もみ洗う(両手)  
揉搓拇指  
Rub the thumb of the left hand  
by rotating in the clasped palm  
of the right hand and vice-versa.



7 指先をもう片方の手の平で  
もみ洗う(両手)  
手指在掌心揉搓  
Rub the fingertips of right hand  
with the left hand's palm, and  
vice-versa.



8 両手首までいねいに  
もみ洗う  
揉搓手肘  
Rub the wrists.



9 流水でよくすすぐ  
用流水冲洗干净  
Rinse hands and wrists  
thoroughly with running water.

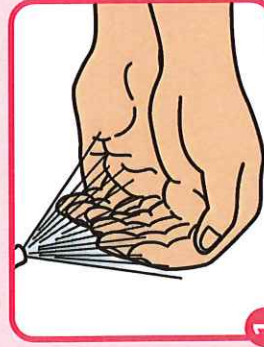
SARAYA

© SARAYA CO., LTD.

# 手指の正しい消毒手順

正确の手消毒順序

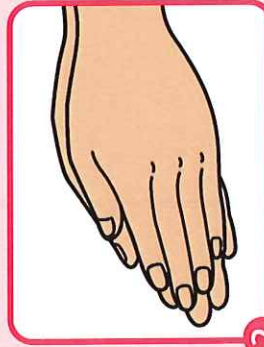
## Effective Handrub Procedure



1

噴射する速乾性手指消毒剤を  
指を曲げながら適量手に受ける  
喷洒適量速干手消毒液，  
承接时弯曲手指

Make your fingers curved and  
catch the sprayed hand disinfectant.



2

手の平と手の平を  
擦り合わせる  
两手相互揉搓

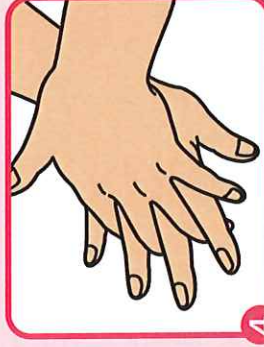
Rub the hands palm to palm.



3

指先、指の背をもう片方の  
手の平で擦る(両手)  
揉搓手指

Rub the fingertips and their  
back of right hand with the left  
hand's palm, and vice-versa.



4

手の甲をもう片方の  
手の平で擦る(両手)  
揉搓手背

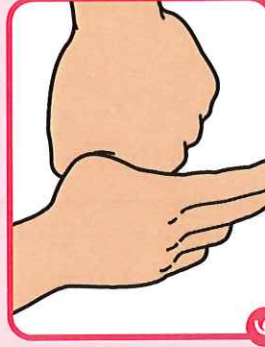
Rub the back of the right hand  
moving the left hand's palm  
back and forth, and vice-versa.



5

指を組んで両手の  
指の間を擦る  
手指交叉揉搓

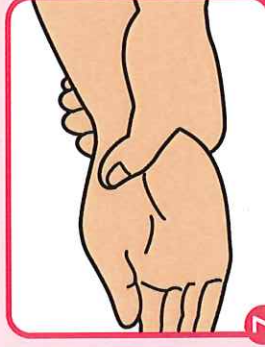
Rub between the fingers by  
interlocking the fingers.



6

親指をもう片方の手で包み  
ねじり擦る(両手)  
揉搓拇指

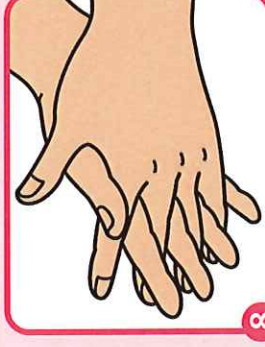
Rub the thumb of the left hand  
by rotating in the clasped palm  
of the right hand and vice-versa.



7

両手首まででいねいに擦る  
揉搓手肘

Rub both wrists.



8





乾くまで擦り込む  
揉搓至干燥  
Rub until dry.

# 「人との接触を8割減らす、10のポイント」を公表しました

○4月22日、新型コロナウイルス感染症専門家会議から、「人との接触を8割減らす、10のポイント」が示されました。

## 人との接触を8割減らす、10のポイント

緊急事態宣言の中、誰もが感染するリスク、誰でも感染させるリスクがあります。  
新型コロナウイルス感染症から、あなたと身近な人の命を守るよう、日常生活を見直してみよう。

<b>1</b> ビデオ通話で <b>オンライン帰省</b> 	<b>2</b> スーパーは1人 または <b>少人数で</b> すいている時間に 	<b>3</b> ジョギングは <b>少人数で</b> 公園は <b>すいた時間、</b> <b>場所を選ぶ</b> 
<b>4</b> 待てる買い物は <b>通販で</b> 	<b>5</b> 飲み会は <b>オンラインで</b> 	<b>6</b> 診療は <b>遠隔診療</b> 定期受診は間隔を調整 
<b>7</b> 筋トレやヨガは <b>自宅で動画を活用</b> 	<b>8</b> 飲食は <b>持ち帰り、</b> <b>宅配も</b> 	<b>9</b> 仕事は <b>在宅勤務</b> 通勤は医療・インフラ・ 物流など社会機能維持 のために 
<b>10</b> 会話は <b>マスクをつけて</b> 	<b>3つの密を</b> <b>避けましょう</b> 1. 換気の悪い <b>密閉空間</b> 2. 多数が集まる <b>密集場所</b> 3. 間近で会話や発声をする <b>密接場面</b>	
		<b>手洗い・</b> <b>咳エチケット・</b> <b>換気や、健康管理</b> も、同様に重要です。

○同会議では、これまで基本的な感染症対策として、手洗いや咳エチケット等の重要性、クラスター（集団感染）が生じやすい、「3つの密（密閉空間、密集場所、密接場面）」の回避などを呼びかけてきました。

（参考）

新型コロナウイルス感染症対策専門家会議の見解等

○これらに加えて、緊急事態宣言の中、今後の流行をおさえるためには、すべての国民を対象に、「人との接触を8割減らす」ことが重要であるとされました。

○これまで国民のみなさまにおかれては、不要不急の外出を控えることなどに積極的にご協力いただいているところですが、改めて日常生活において「接触を減らす」工夫として参考となる具体例

## 「新しい生活様式」の実践例

### (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



### (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

新型コロナウイルスの集団発生防止にご協力をお願いします

# 3つの「密」を避けましょう!

①換気の悪い  
密閉空間



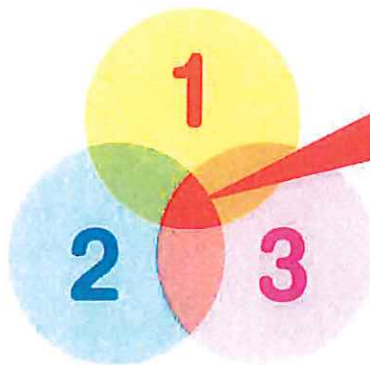
②多数が集まる  
密集場所



③間近で会話や  
発声をする  
密接場面



新型コロナウイルスへの対策として、クラスター(集団)の発生を防止することが重要です。  
日頃の生活の中で3つの「密」が重ならないよう工夫しましょう。



3つの条件がそろう場所が  
クラスター(集団)発生の  
リスクが高い!

※3つの条件のほか、**共同で使う物品**には  
消毒などを行ってください。



## 新型コロナウイルス感染症についての相談・受診の目安

### 1. 相談・受診の前に心がけていただきたいこと

- 発熱等の風邪症状が見られるときは、学校や会社を休み外出を控える。
- 発熱等の風邪症状が見られたら、毎日、体温を測定して記録しておく。
- 基礎疾患（持病）をお持ちの方で症状に変化がある方、新型コロナウイルス感染症以外の病気が心配な方は、まずは、かかりつけ医等に電話で御相談ください。

### 2. 帰国者・接触者相談センター等に御相談いただく目安

- 少なくとも以下のいずれかに該当する場合には、すぐに御相談ください。（これらに該当しない場合の相談も可能です。）

☆ 息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、高熱等の強い症状のいずれかがある場合

☆ 重症化しやすい方（※）で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合  
（※）高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患（COPD等）等の基礎疾患がある方や透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方

☆ 上記以外の方で発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続く場合

（症状が4日以上続く場合は必ずご相談ください。症状には個人差がありますので、強い症状と思う場合にはすぐに相談してください。解熱剤などを飲み続けなければならない方も同様です。）

- 相談は、帰国者・接触者相談センター（地域により名称が異なることがあります。）の他、地域によっては、医師会や診療所等で相談を受け付けている場合もあるので、ご活用ください。

（妊婦の方へ）

妊婦の方については、念のため、重症化しやすい方と同様に、早めに帰国者・接触者相談センター等に御相談ください。

（お子様をお持ちの方へ）

小児については、小児科医による診察が望ましく、帰国者・接触者相談センターやかかりつけ小児医療機関に電話などで御相談ください。

※なお、この目安は、国民のみなさまが、相談・受診する目安です。これまで通り、検査については医師が個別に判断します。

### 3. 医療機関にかかるときのお願い

- 複数の医療機関を受診することにより感染を拡大した例がありますので、複数の医療機関を受診することはお控えください。
- 医療機関を受診際にはマスクを着用するほか、手洗いや咳エチケット（咳やくしゃみをする際に、マスクやティッシュ、ハンカチ、袖・肘の内側などを使って、口や鼻をおさえる）の徹底をお願いします。