

# 协助保持“新生活方式”等的请求

## 一、 日常生活中的防疫对策

- 彻底避免“通风不良的密闭空间”，“人多密集的地方”，“近距离密切交谈的场面”的“三密”。
- 贯彻（手指消毒、根据预防中暑等情况戴口罩、避免大声喧哗、保证空气流通、保证人与人之间的安全距离等）防疫对策。
- 如果将与从感染正在扩大的地区回乡或移动的亲友，或者是最近有前往该区域的人员一起度过，在室内（家中）等场所请注意戴口罩、保证空气流通等对策。
- 有效利用接触确认手机应用（COCOA）。
- 如有发烧或感冒症状，请不要勉强，在家疗养。
- 感觉身体不适时请咨询“归国者·接触者咨询中心”。

## 二、 位于职场的防疫对策

- 采取错峰出勤、居家工作、远程办公、交替出勤、视频会议等措施。

### 三、 出行相关的防疫对策

#### < 需要前往县外时的注意事项 >

- 如果出现发烧症状， 请避免跨都道府县的人员流动。
- 需要充分确认目的地（地区）的感染情况。
- 不要前往可能发生 3 密的场所以及未能贯彻防疫措施的场所， 贯彻戴口罩等防疫措施， 细致留心的同时， 更加谨慎地行动。

#### < 需要前往感染正在扩大的地区时的注意事项 >

- 请慎重审视前往的必要性。
- 避免前往可能会扩大感染的场所， 如出现 3 密或者大声喧哗的场面， 聚餐、 聚会等。
- 采取将疫情扩大的风险降到最低的措施， 如使用确认接触手机应用 (COCOA) 或记录下移动后两周的行动履历等（包含从该区域有亲人回乡的情况）

### 范围

福岛全域

### 期间

2020 年 9 月 19 日（周六） 开始