



取り組みましょう 「新しい生活様式」 北広島町

～あなたと大切な人の命を守るために、日常生活を見直しましょう～

町民の皆様一人ひとりが、日常生活の中で「新しい生活様式」を心がけていただくことで、新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐことができ、ご自身のみならず、大切な家族や友人、隣人の命を守ることに繋がります。新しい生活様式の実践にご協力をお願いします。



一人ひとりの基本的感染症対策

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。
 - 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）、症状がなくてもマスクを着用する。
 - 家に帰ったらまず手や顔を洗う。
 - 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。



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
- 「3密」の回避（密集、密接、密閉）
- 毎朝の体温測定、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。



日常生活の各場面別の生活様式

買い物



- 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

娯楽、スポーツ等

- 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- ジョギングや散歩は少人数で

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

食事

- 持ち帰りやデリバリーも
- 対面ではなく横並びで座ろう

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

