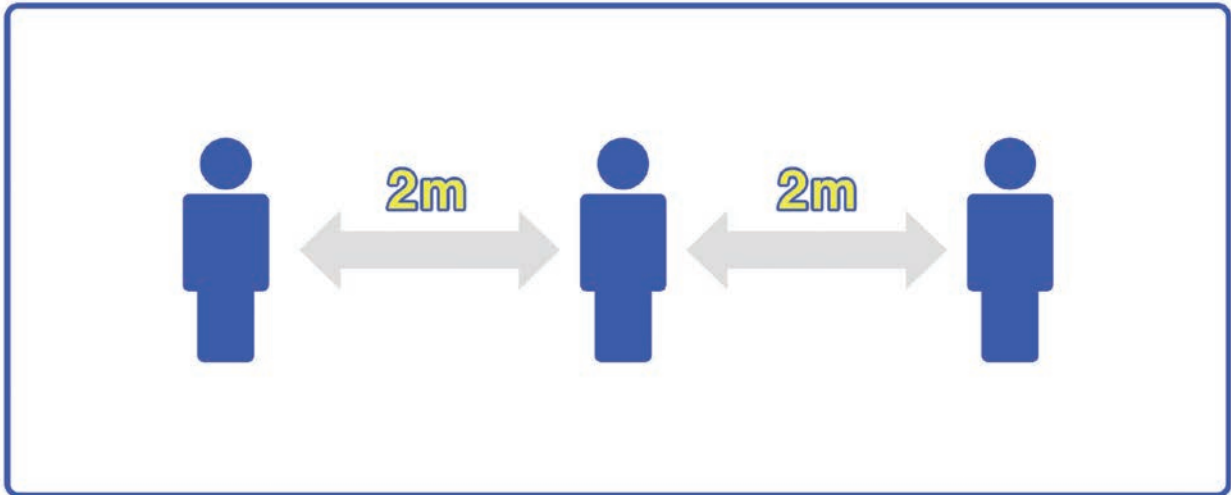


# ? 新しい生活様式!

ソーシャルディスタンスのお願い



外出の際は人と2メートル以上の距離を保ちましょう!

3つの「密」を避けましょう



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。

再び増加傾向の  
新型コロナウイルス感染者

4月中旬をピークに一時は落ち着いた新型コロナウイルスの新規感染者数が、6月末から再度増加し始め、7月末には、全国の新規感染者数が1日に1,000人を超える日もありました。8月19日には、会津地方初となる感染者が会津若松市で確認され、生活圏の間近まで迫ってきました。

生活する上で移動や外出は避けられません。過度に不安に思わず、正しい情報に基づいた判断と行動を心がけ、少しでも感染拡大を減らすために一人一人の予防に努めましょう。

感染拡大を防ぐための  
「新しい生活様式」

新型コロナウイルスの出現に伴い、「新しい生活様式」が提言され4か月が過ぎましたが、皆さん、実践されているでしょうか。

新しい生活様式は、飛沫感染や接触感染等の対策と

# 新型コロナウイルス感染症から身を守る!

# 実践できていますか

## 正しい手の洗い方



石けんで洗い終わったら、十分に水で流し清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

## 「咳エチケット」のお願い

感染症対策のため、咳エチケットを心がけましょう。



して、次の項目が挙げられます。

- 人と人との距離は2メートル以上(最低1メートル)あける
- 3密を避ける
- 正しい手洗いの確認
- 咳エチケットの確認
- 健康状態の確認

○なるべく少人数での行動

また、従来の生活では感染症対策を考慮しなかった場面(買い物や娯楽、スポーツ等)においても実践されはじめました。

新型コロナウイルス感染症は、無症状や軽症の人であっても他の人に感染を広げる例があります。新しい生活様式の実践により、新型コロナウイルス感染症から、自らを守るだけでなく、周囲に感染を拡大させないということも大切です。

自分自身の命だけではなく、大事な家族や友人の命を守るためにも、もう一度感染予防対策を確認し、自分の生活に合わせて出来る範囲で新しい生活様式を取り入れていきましょう。

# 新しい生活様式実践シート

自分の生活に合わせて、出来る範囲のことから始めましょう。また、この表はチェックシートになっています。実践していることの確認もしてみましょう。

## (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。
  - 会話をする際は、可能な限り**真正面を避ける**。
  - 外出時や屋内でも会話をするとき、**人との間隔が十分とれない場合は、症状がなくてもマスク**を着用する。ただし、**夏場は、熱中症に十分注意**する。
  - 家に帰ったらまず**手や顔を洗う**。  
人混みの多い場所に行った後は、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。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。接触確認アプリの活用も。
- 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（エアコン併用で室温を28℃以下に）  身体的距離の確保
- 「**3密**」の回避（**密集、密接、密閉**）
- 一人ひとりの健康状態に応じた運動や食事、禁煙等、適切な生活習慣の理解・実行
- 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



## (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

### 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

### 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、十分に人との間隔を  
もしく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

### 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

### イベント等への参加

- 接触確認アプリの活用を
- 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  対面での打合せは換気とマスク

※厚生労働省 HP より

# こんな支援制度があります！

町内事業者が感染拡大防止対策を実施する経費への補助や給与等が減少している従業員等の家計を支援する制度があります。

## 只見町生活支援給付金 ※従業員向け

新型コロナウイルス感染症の影響を受け、給与等が減少している従業員等の家計を支援します。

### 対象

- ① 令和2年4月1日以前から町内に住所を有し、かつ、申請日現在引き続き町内に住所を有する者。
- ② 申請日現在において、期間の定めがなく雇用されている者、または雇入れから1年以上引き続き雇用されている者。(個人事業主や専従者、会社役員、国または地方公共団体の職員等を除く)
- ③ 令和2年4月から12月のうち連続した3カ月における平均給与支払額と、前年同3カ月の平均給与支払額を比較し、20パーセント以上減少した者
- ④ 減収後平均給与月額が33万円未満(日額15,000円未満)である者

### 給付額

10万円

### 申請方法

申請書に必要書類を添付の上、原則として所属事業所でまとめて観光商工課までお持ちください。  
申請書は、観光商工課、各振興センター窓口、町ホームページ「新型コロナウイルス関連感染症情報」の経営支援・生活支援等欄よりダウンロードできます。

## 感染拡大防止対策事業補助 ※事業者向け

商工業者に対して、新型コロナウイルス感染拡大防止対策のために購入した又は購入計画のある備品等に対して補助を行います。観光商工課(駅前庁舎)にて事業説明後の申請手続きとなりますので、まずは観光商工課へご連絡ください。なお、3密を避けるために事前予約制での対応となります。

### 対象

令和2年4月1日以降に購入した物品等のうち、新型コロナウイルスの感染拡大防止に関して科学的知見に基づき、有効とされる物品の購入費用・工事費用(土地、建物、人件費、旅費、事務経費を除きます。)機械、器具等を取得する場合は、新型コロナウイルス感染症対策として、有効性を客観的に把握できる資料が必要です。

### 補助額

補助率10/10 上限10万円

### 第2回申請受付期間

令和2年8月21日～令和2年9月30日  
※第3回目以降の受付は別途お知らせします。

## 只見町事業継続支援金 ※事業者向け

新型コロナウイルス感染症の影響により、売上が減少している町内事業者等を対象に、事業継続を支援するために支援金を交付します。

### 対象

町内に事業所等を有する中小企業者等(個人農家を除く)のうち、令和2年4月から令和2年12月までにいずれかの月の売上額が前年同月比で20%以上減少した事業者。

※前年申告における収入金額等の過半が事業収入以外の方は対象外です。

### 補助額

1事業者あたり 15万円

### 申請方法

商工会加入事業者は、原則として商工会を經由して申請してください。  
申請書は、観光商工課、各振興センター窓口、町ホームページ「新型コロナウイルス関連感染症情報」の経営支援・生活支援等欄よりダウンロードできます。

問い合わせ先：観光商工課商工係 82-5240