

【新型コロナウイルスを想定した新しい生活様式を！】

新型コロナウイルスの感染拡大で長らく自粛生活を余儀なくされてきましたが、昨日（5月21日）関西圏においても緊急事態宣言が解除されました。しかし、ウィルスが消滅したわけではなく、対策は長期化を覚悟する必要があります。

いま 私たちに求められているのは、過剰な楽観や悲観ではなく、ウィルスが存在することを認識しての冷静な行動です。

今後、日常生活の中で取り入れていただきたい「新しい生活様式」が、厚生労働省から公表されています。新型コロナウイルス感染症をはじめとする各種の感染症の拡大を防ぐため、自分のみならず大切な家族や知人、隣人の命を守ることにつなげるため、一人ひとりの心がけが何よりも重要です。皆さんも実践していきましょう。

【新しい生活様式の実践例】

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、出来るだけ2メートル（最低1メートル） 空ける
 - 遊びに行くなら屋内よりも屋外へ
 - 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 出来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）
- ※高齢者や持病があるなど重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより慎重に

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
- 規制や旅行は控えめに、外出はやむを得ない場合に
- 発症したときのために、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な生活様式

- 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、無理せずに自宅で療養を

緊急事態宣言の解除に伴い、畑野健康ふれあいセンターの利用を再開します。なお、自治会事務所の執務にあっては、5月31日（日）までは継続して、午前中のみ執務として、午後は事務所を閉めていますのでご理解をお願いします。