

新型コロナウイルス感染症拡大防止に向けた  
『三重県指針』 ver. 1.3

～県民の皆様へ 命と健康を守るために～

令和3年10月12日

(令和3年10月15日から適用)

(令和3年10月18日一部改訂)

三重県

## はじめに

令和2年1月末に県内初の感染者が確認されてから、1年8か月が経過し、その間に感染拡大と収束を繰り返す中、本年7月以降の第5波においては過去最大の爆発的な感染拡大となりました。この大きな波もようやく終わりつつあり、令和2年5月以来、2回目の適用となった「緊急事態宣言」などによる飲食店への営業時間短縮要請など厳しい要請は10月14日をもって終了させていただくこととなります。感染状況の改善は、厳しい要請にご協力いただいた県民の皆様、事業者の皆様のおかげであり、感謝を申し上げます。

しかし、感染者数は減少しているものの、感染防止対策が疎かになるとすぐに感染は再び広がってしまいます。感染状況が落ち着いている今こそ、第6波を小さく、短く抑え込むため、改めて感染防止対策を徹底することが重要です。

これまでの経験や本県の現状もふまえ、県民の皆様、事業者の皆様に取り組んでいただきたい感染防止対策についてまとめた「三重県指針」ver.13を策定しました。

「三重県指針」ver.13は、継続的に取り組んでいただきたい感染防止対策をお示しするものであり、期限を設定いたしません。状況をふまえ、必要に応じ改定してまいります。

ワクチンや中和抗体療法といった新たな治療法など、ウイルスに対抗する手段が増えつつある一方、第4波におけるアルファ株、第5波におけるデルタ株のようにウイルスも変異しています。このように状況は変化しているものの、感染防止対策はこれまでと変わりません。個人ではワクチン接種の有無に関わらずマスクの着用、人との距離の確保など飛沫や接触に注意すること、飲食店をはじめ店舗においては、換気を徹底し、利用者が密にならない対策、事業所においては、従業員の居場所の切り替わりに注意した対策などにしっかりと取り組んでいただきますようお願いいたします。県としても第5波の経験もふまえ、医療提供体制の確保、幅広い検査の実施、ワクチン接種の推進、影響を受けている皆様への支援などについて、市町、関係団体の皆様とも連携し取り組んでまいりますので、引き続き県民の皆様、事業者の皆様も一緒に取り組んでいただきますようお願いいたします。

令和3年10月12日  
三重県知事 一見 勝之

# 1. 県民の皆様へ

## (1) 感染防止対策の基本的な考え方

- 皆様ご自身、大切な家族や友人の“命と健康”を守るためには、まずは感染予防を行ったうえで“持ち込まないこと”“広げないこと”が大切です。
- 感染力が強いとされる変異株が次々と確認される中、密閉、密集、密接の重なる「三つの『密』」の場面だけでなく、密閉空間・密集場所・密接場面のいずれか1つでも当てはまる場面は回避するとともに、人と人の一定の距離を確保（2m程度）することが重要です。
- 新型コロナウイルスの一般的な感染経路の中心は、飛沫感染と接触感染であると考えられていることから、マスクの着用、咳エチケットや石けんによる手洗い、手指消毒用アルコールによる消毒などの基本的な感染防止対策を徹底していただくとともに、十分な睡眠など体調管理が必要です。
- マスク着用にあたっては、すき間ができないようしっかりと着用してください。また、品質の確かなマスクを使用し、できれば不織布マスクの着用をお願いします。
- 夏季における冷房や冬季における暖房の使用時においても、温度、湿度等適切な室内環境を維持しつつ、十分な換気（窓を常時少し開けておく、使用していない部屋の窓を大きく開けるなど）が必要です。
- なお、夏季においては、屋外で気温が高い場合は、人との間隔を2m以上とりマスクを外すなど熱中症に注意をお願いします。

## (2) 『新しい生活様式』の定着と感染防止対策の徹底

- 「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」、「買い物は、1人又は少人数ですいた時間に」などの『新しい生活様式』（参考資料1）を取り入れ、感染症に強い生活様式を定着させてください。
- 県内でも『感染リスクが高まる「5つの場面」』に該当する環境において、感染が広がった事例が多数あります。特に、「大人数や長時間におよぶ飲食」といった場面は感染のリスクが高まりますので、参加を避けてください。また、少人数、短時間の飲食であっても、特に飛沫感染に注意するなど、感染防止対策を徹底してください。（参考資料2『感染リスクが高まる「5つの場面」』参照）

### 【特措法第24条第9項に基づく協力要請】<sup>1</sup>

- 同居家族以外と飲食をする場合は、食事中であっても会話をする際はマスクを着用する「マスク会食」、食事中は会話をしない「黙食」の実践をお願いします。
- 飲食の際には、「なるべく普段一緒にいる人と行う」、「深酒・はしご酒などはひかえ、適度な酒量とする」、「箸やコップは使いまわさない」、「正面や真横は避けて座る」などの工夫をお願いします。

<sup>1</sup> 新型インフルエンザ等対策特別措置法第24条第9項に基づく協力要請のことを指します。

なお、特段の記載のない事項については、三重県感染症対策条例第11条第1項に基づき協力をお願いします。（「2. 県外の皆様へ」を除く）

- 飲食店を利用する際は、店舗の実施する感染防止対策にご協力いただくようお願いいたします。
- 飲食店以外においても、大人数や長時間となる飲食は感染リスクが高まります。路上や公園など、屋外であっても大人数・長時間となる飲食は避けてください。
- 家庭内で感染が広がると、職場や学校へとさらに感染が広がる可能性があります。家庭内に「持ち込まない」ために外出時は「密」を避け人との距離を確保する、家庭内で「広げない」ために帰宅後にまず手を洗うなど、基本的な感染防止対策の徹底をお願いします。
- 特に高齢者や基礎疾患をお持ちの方は、感染防止対策の徹底をお願いします。また、家庭内であっても高齢者や基礎疾患をお持ちの方と会う際は、感染を広げないために、マスクの着用など感染防止対策をお願いします。
- 感染拡大を防ぐために、体調に異変を感じた場合は、出勤や通学を避けるなど外出や人との接触を避けるとともに、家庭内でも家族とは別室で過ごす、マスクを着用するなど対策をお願いします。併せて、早期にかかりつけ医等身近な医療機関に相談してください。かかりつけ医が無い場合や相談先に迷う場合は、「受診・相談センター」に相談してください。
- 新型コロナワクチンは発症を予防する高い効果が認められています。また、重症化予防への効果があるとされていますので、若年層の方においてもこれらの効果を知っていただき、ワクチン接種の機会の積極的な活用をお願いします。
- ワクチンを接種された方についても、新型コロナウイルスに感染する場合があります。発症せずに感染を広げてしまう可能性もあるため、引き続き感染防止対策の徹底をお願いします。
- 多言語のホームページでの情報発信や、「みえ外国人相談サポートセンター（MieCo：みえこ）」においても相談窓口を設置していますので、不安を感じた際は、ご相談ください。

みえ外国人相談サポートセンター（MieCo みえこ）

電話：080-3300-8077（平日及び日曜日 9:00～17:00）

### （3）移動について

- 緊急事態宣言やまん延防止等重点措置<sup>2</sup>が発出されている都道府県及び飲食店等への営業時間短縮等の要請がなされているエリア<sup>3</sup>へは、生活の維持に必要な場合を除き、移動を避けてください。【特措法第24条第9項に基づく協力要請】
- 上記以外の都道府県への移動については、移動先の感染状況や移動に関する方針等をよくご確認いただくとともに、感染防止対策の徹底をお願いします。また、ワクチンを未接種の場合は、検査を受けていただくなどの対策をお願いいたします。

※全国の感染状況として、1週間の感染者数が人口10万人あたり2.5人を超える都道府県を三重県新型コロナウイルス感染症特設サイトに掲載しています。

<https://www.pref.mie.lg.jp/covid19.shtm>

<sup>2</sup> 緊急事態宣言及びまん延防止等重点措置区域についてはホームページ等でご確認ください。  
<https://corona.go.jp/>（内閣官房新型コロナウイルス感染症ホームページ）

<sup>3</sup> 要請の詳細は移動を予定されている都道府県の情報をご確認ください。

○県外への帰省を検討されている場合は、混雑しない時期の移動を検討いただくとともに、帰省の2週間前から大人数や長時間の飲食を避けるなど感染防止対策を徹底し、必要に応じ政府が推奨する帰省前の自主的なPCR等検査などの対策をお願いします。

○県内での移動の際は、『新しい生活様式』を実践し、混雑する場所や時間は避け、少人数で行動するなど感染防止対策を徹底するとともに、『感染リスクが高まる「5つの場面」』について特に注意をお願いします。

#### (4) 「安心みえるLINE<sup>4</sup>」、「新型コロナウイルス接触確認アプリ(COCoA)<sup>5</sup>」の活用

○「安心みえるLINE」や「新型コロナウイルス接触確認アプリ(COCoA)」は、感染の可能性をいち早く知ることができるなど、感染拡大防止につながることを期待されます。「新型コロナウイルス接触確認アプリ(COCoA)」をインストールしていただくとともに、訪問した施設等に「安心みえるLINE」のQRコードが掲示されている場合は、そのQRコードを読み込んでください。

#### (5) 飲食店や観光施設等における感染防止対策にかかる認証制度について

○県民の皆様が安心して飲食店や観光施設等を利用できるよう、感染防止対策に取り組む店舗等を三重県が認証する「みえ安心おもてなし施設認証制度『あんしん みえリア』<sup>6</sup>」を運用しています。認証店舗について、今後、拡大を図ってまいりますので、積極的な利用をご検討ください。

※認証店舗はホームページに掲載しています。

<https://mieria.kankomie.or.jp/eat/>

## 2. 県外の皆様へ

### (1) 移動について

○緊急事態宣言やまん延防止等重点措置が発出されている都道府県及び飲食店等への営業時間短縮等の要請がなされているエリアにお住まいの方については、生活の維持に必要な場合を除き三重県への移動を避けていただくようご協力をお願いします。

○その他の地域にお住まいの方についても、お住まいの都道府県の移動に関する方針等にご留意いただき、感染防止対策の徹底、ワクチン未接種の場合は検査を受けるなどの対策にご協力をお願いします。また、体調が悪い場合は移動を避けていただくようご協力をお願いします。

○本県への帰省を検討されている場合は、混雑しない時期の移動を検討いただくとともに、帰省の2週間前から大人数や長時間の飲食を避けるなど感染防止対策の徹底

---

<sup>4</sup> 「安心みえるLINE」は、施設・イベント等において掲示されたQRコードを利用者が読み込んで登録することにより、感染拡大の可能性がある場合に登録者に通知するシステムです。

<sup>5</sup> 「新型コロナウイルス接触確認アプリ(COCoA)」は、新型コロナウイルス感染症の感染者と接触した可能性について通知を受け取ることができる、国が提供するスマートフォンのアプリです。

<sup>6</sup> 感染防止対策に取り組む飲食店や観光施設等からの申請を受け、県が基準に基づき現地確認のうえ認証し、ステッカーを交付、認証店や認証施設を公開する制度です。

や必要に応じ政府が推奨する帰省前の自主的なPCR等検査などの対策をお願いします。帰省先に高齢者や基礎疾患のある方がいる場合は、家庭内であってもマスクの着用をお願いします。

### 3. 事業者の皆様へ

#### (1) 基本的な感染防止対策の徹底

- 業種ごとの感染拡大予防ガイドラインや参考資料3(事業所における感染防止対策)等により、感染防止対策の徹底をお願いします。
- 特に、飲食店においては、改めて感染拡大予防ガイドラインを遵守いただき、「アクリル板の設置または座席間隔の確保」、「手指消毒の徹底」、「マスク着用の呼びかけ」、「換気の徹底」などの対策を徹底してください。
- 集団感染等のリスクが相対的に高い社会福祉施設等、県内や全国でクラスターが発生している施設においては、職員へのワクチン接種の推進を含めて感染防止対策を改めて徹底いただくとともに、特に施設内へ「持ち込まない」「広げない」ことを意識した対策について職員や利用者への注意喚起を行ってください。  
また、感染者が発生した場合には、接触者調査や検査に積極的にご協力いただくとともに、調査等への協力について、職員や利用者への周知・徹底をお願いします。
- 高等教育機関等において、懇親会や寮生活、部活動、課外活動などでクラスターとなった事例がみられます。また、若年層においては、感染しても無症状の場合が多いことから、感染を早期に発見することが難しく感染が広がる場合があります。そのため、高等教育機関等においては、「大人数や長時間となる飲食」の場を避けるなど学外での行動も含めた感染防止対策について、学生に対し周知・徹底をお願いします。  
また、感染者が発生した場合には、接触者調査や検査に積極的にご協力いただくとともに、調査等への協力について、学生への周知・徹底をお願いします。
- 食事や休憩、職場への送迎バス、勤務後の懇親会など「居場所の切り替わり」の場面における感染がこれまでに発生していることから、事務所や工場などでの感染防止対策に加え、食堂、休憩所、喫煙所などにおいても感染防止対策を徹底してください。勤務時間以外でも、「大人数や長時間となる飲食」の場となる懇親会を避けるなど感染防止対策を徹底するよう従業員に対し周知・徹底をお願いします。  
また、感染者が発生した場合には、接触者調査や検査に積極的にご協力いただくとともに、調査等への協力について、従業員への周知・徹底をお願いします。
- 社員寮など共同生活の場において、食堂、風呂、炊事場など共用スペースにおける密の回避、室内の換気の徹底、体調不良の居住者はなるべく別室で休養させるなど、感染防止対策の徹底をお願いします。
- 外国人生徒のいる教育機関や外国人を雇用する事業者等の皆様におかれては、感染防止対策等について外国人の方への丁寧な周知をお願いします。多言語ややさしい日本語での感染防止対策等の情報については、三重県ホームページ、三重県情報提供ホームページ「MIE INFO」や、厚生労働省、内閣官房ホームページなどにも掲載されていますので、参考としてください。

- 三重県ホームページ「外国人住民のみなさまへ For foreign residents」  
(<https://www.pref.mie.lg.jp/YAKUMUS/HP/covid19info-jp.htm>)
- 三重県情報提供ホームページ「MIE INFO」(<https://mieinfo.com/ja/>)
- 厚生労働省 新型コロナウイルス感染症について  
(<https://www.covid19-info.jp/>)
- 内閣官房 新型コロナウイルス感染症対策 (<https://corona.go.jp/>)

### 【以上について、特措法第24条第9項に基づく協力要請】

- 普段から従業員の健康管理に留意するとともに、従業員が体調不良を申し出やすい環境づくりや、体調不良の従業員は早期に帰宅させ、受診を勧めるといった「広げない」ための対策をお願いします。
  - クラスターの発生が懸念される職場においては、早期に陽性者を発見することによって感染拡大を防止する観点から、従業員等の毎日の健康状態を把握するための健康観察アプリ等も活用しつつ、軽症状者に対する抗原定性検査キット等を活用した検査を積極的に実施してください。
  - 在宅勤務（テレワーク）、時差出勤、自転車通勤、オンライン会議等のツールの活用等により、「密」となる場面を回避し、感染防止対策と社会経済活動の両立を図ってください。
  - 集客施設等においては、「密」な状況とならないよう対策を講じるとともに、感染防止チェックシートを店舗内に掲示したり、ホームページ上に公開したりするなど、感染防止対策を講じていることが利用者に伝わるよう努めてください。
  - 式典や研修会等の行事を実施する場合は、人と人との間隔を十分に確保できる座席配置をはじめ、感染防止対策の徹底をお願いします。
  - 労働局や経済団体においては、県内の事業所に対し、感染防止対策について周知をお願いします。特に言語や生活文化の違いなどにより感染防止対策の情報が届きづらい外国人を雇用する事業所への丁寧な周知をお願いします。また、地方出入国在留管理局等の窓口においても啓発や外国人技能実習機構等を通じた情報発信をお願いします。
  - 市町においては、住民への感染防止対策の周知を図る中で、特に情報が届きづらい外国人住民の方々に対し感染防止対策の情報がしっかりと伝わるよう配慮をお願いします。
- (2) 感染防止対策にかかる認証制度の活用
- 飲食店や観光施設等において、感染防止対策の取組を三重県が認証する「みえ安心おもてなし施設認証制度『あんしん みえリア』」の積極的な活用をお願いします。
- (3) 「安心みえるLINE」、「新型コロナウイルス接触確認アプリ（COCOA）」の活用
- 県内においても、カラオケや飲食店など、不特定多数の方が利用される施設での感染事例がみられます。「安心みえるLINE」は、利用者の特定が難しい場面において有効なシステムですので、不特定多数の方が訪問される施設、店舗や、イベントを実

施される場合は「安心みえるLINE」にご登録いただき、店舗、会場等にQRコードの掲示をお願いします。

- 従業員、利用者等に対し、「新型コロナウイルス接触確認アプリ（COCOA）」の活用について周知いただくようお願いします。

#### 4. 偏見や差別の根絶と事実に基づく冷静な対応

- 感染は自身や大切な家族にも起こりうることで、決して他人事ではありません。社会で差別的な出来事が発生していると、体調が悪くなった際に、差別を受けることが怖くて、我慢したまま日常生活を続けてしまうことにもなりかねず、結果としてウイルスを拡散させることにつながってしまいます。
- 県民の皆様への正しい情報提供の重要性に鑑み、勇気をもって情報を公開いただいた感染者やそのご家族、所属する企業・団体に対し、さらに個人を特定しようとすることや偏見・差別につながる行為、人権侵害、誹謗中傷等は絶対に行わないでください。
- 治療にあたっている医療従事者、仕事や通勤等やむを得ない事情で県外と往来される方、外国から帰国された方、日本に居住する外国人の方が差別や偏見にさらされることも絶対あってはならないことです。このような偏見や差別が生じないよう十分な配慮をお願いします。
- ワクチン接種は希望者の同意に基づき行われるものであり、職場や周りの方などに接種を強制することや、接種を受けていない人に対する誹謗中傷、偏見や差別につながる行為は絶対行わないでください。
- SNS等において事実ではない誤った情報が拡散されることにより、県民の皆様の生活に影響を及ぼす事態も発生しています。また、ワクチン接種の進展に伴い、ワクチンに関する科学的根拠に基づかない情報や発信者の不明な情報が広がる事例もみられます。根拠が不明な情報に基づく行動やそうした情報の拡散はしないようにご協力いただくとともに、科学的根拠に基づいた情報発信をしている公的機関等からの情報<sup>7</sup>をご確認ください。
- 新型コロナウイルス感染症に関して、差別的な扱いを受けた、不当な差別を見かけたなど、人権問題と思われる場面に直面した場合には、以下の相談窓口にご連絡ください。

- |                        |                 |
|------------------------|-----------------|
| ●三重県人権センター相談窓口         | 電話:059-233-5500 |
| 9:00～17:00 ※土日、祝日を含む毎日 |                 |
| ●法務省（みんなの人権110番）       | 電話:0570-003-110 |
| 8:30～17:15 ※平日         |                 |



Citrus Ribbon  
PROJECT

たとえウイルスに感染しても、  
だれもが地域で笑顔に暮らせる社会に

三重県は、「シトラスリボンプロジェクト」に賛同します。

<sup>7</sup> みえ新型コロナウイルスワクチン接種ポータルサイト <https://covid19-vaccine.mie.jp/>  
厚生労働省ホームページ「新型コロナウイルスについて」  
[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/vaccine\\_00184.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/vaccine_00184.html) など



## 5. モニタリング指標、感染拡大防止アラートと発動後の対応

### (1) モニタリング指標

○県内で感染が拡大し、医療への負荷がかかることを防ぐため、PCR検査件数やPCR検査陽性率、新規感染事例数、新規感染者数、感染経路不明者数、入院患者数等を指標として、モニタリングを行っています。

感染拡大の状況を的確にとらえ、適時に対策がとれるよう判断基準となる主な指標とその目安について、感染状況の段階ごとに以下のとおりとします。

今後も、政府新型コロナウイルス感染症対策分科会から示された「今後の感染状況の変化に対応した対策の実施に関する指標及び目安」(以下、「政府指標」と併せ、県独自のモニタリング指標を活用し、(2) 感染拡大防止アラートと発動後の対応を踏まえ、必要な対策を実施していきます。

	注意レベル (県指標)		警戒レベル (県指標)	ステージⅢ※2 (政府指標)		ステージⅣ (政府指標)
確保病床占有率	20%		30%	20%		50%
入院率※1	—		—	40%		25%
重症者用病床占有率	—		—	20%		50%
人口10万人あたり療養者数	—		—	20人		30人
PCR陽性率	—		—	5%		10%
直近1週間の人口10万人あたり新規感染者数	4.0人 (70人/週)		8.0人 (141人/週)	15.0人 (266人/週)		25.0人 (443人/週)
前週との比較	1.0倍		1.0倍	1.0倍		1.0倍
感染経路不明割合	20%		30%	50%		50%
対策区分 (※3)	条例に基づく要請	特措法又は条例に基づく要請	感染拡大阻止宣言 (※4)	緊急警戒宣言 (※4)	まん延防止等重点措置	緊急事態宣言

※1 入院率の指標は、療養者数が人口10万人あたり10人以上の場合に適用する。

※2 今後の感染状況の変化に対応した対策の実施に関する指標及び目安の考え方

ステージⅠ…感染者の散発的発生及び医療提供体制に特段の支障がない段階(指標及び目安なし)

ステージⅡ…感染者の漸増及び医療提供体制への負荷が蓄積する段階(指標及び目安なし)

ステージⅢ…感染者の急増及び医療提供体制における大きな支障の発生を避けるための対応が必要な段階

ステージⅣ…爆発的な感染拡大及び深刻な医療提供体制の機能不全を避けるための対応が必要な段階

※3 対策区分:「条例」は三重県感染症条例第11条第1項、「特措法」は新型インフルエンザ等対策特別措置法第24条第9項に基づく協力要請を行う。

区分は目安であり感染状況等により要請内容を検討する。

※4 感染拡大阻止宣言及び緊急警戒宣言に盛り込まれた要請は、特措法又は条例に基づき、期間を定め県民、事業者の皆様にご協力をお願いするもの

## (2) 感染拡大防止アラートと発動後の対応

- これまで感染拡大の予兆を捉えるシグナルとして活用していた「新規感染者数が2日連続で17人以上」の基準を「感染拡大防止アラート」として今後も活用します。
- また、「感染拡大防止アラート」発動後の具体的な基準と対応方針を次のとおりとし、感染拡大の傾向がみられた際は迅速に対策を実施します。

### ① 感染拡大防止アラートの発動

【基準】 新規感染者数が2日連続17人以上

【実施する措置】 感染防止対策の再度の徹底について協力要請、  
感染状況に応じた感染防止対策の協力要請 など

### ② 三重県感染拡大阻止宣言の発出

【基準】 次のいずれか1つ以上に該当する場合

- ・直近1週間の人口10万人あたり新規感染者数が8人以上
- ・病床占有率30%以上

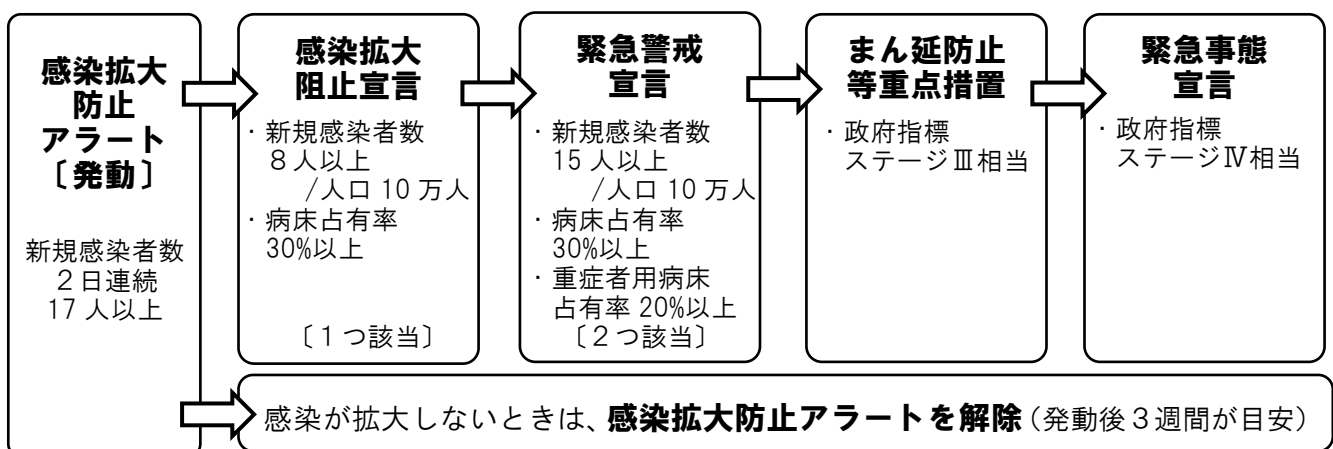
【実施する措置】 県境を越える移動を避けること、  
感染状況に応じた感染防止対策の協力要請 など

### ③ 三重県緊急警戒宣言の発出

【基準】 次のいずれか2つ以上に該当する場合

- ・直近1週間の人口10万人あたり新規感染者数が15人以上
- ・病床占有率30%以上
- ・重症者用病床占有率20%以上

【実施する措置】 飲食店等への営業時間短縮、  
県内での移動について慎重な行動の協力要請、  
感染状況に応じた感染防止対策の協力要請 など



### ※感染拡大防止アラートの解除について

感染拡大防止アラートの発動から約3週間後も感染が抑えられ、感染拡大阻止宣言に移行しない場合は、感染拡大防止アラートを解除します。

# 新しい生活様式 を身に付けて 感染症に強く持続可能な新しい三重県へ

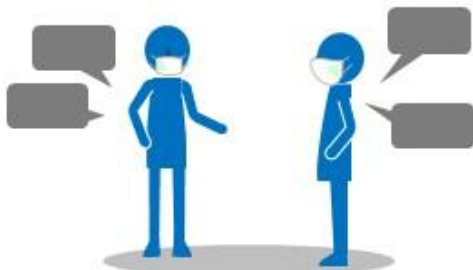
## (1) 一人ひとりの基本的感染対策

- 感染防止の3つの基本 ~身体距離の確保、マスクの着用、手洗い~

- ☑ 人との間隔は、できるだけ2m(最低1m)あける



- ☑ 会話をするとき、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、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  
ただし夏場は熱中症に注意



- ☑ 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  
(手指消毒薬の使用でもOK)



- ☑ 高齢者や持病のある方(重症化リスクの高い方)と会うときは、体調管理をより厳重に

## ● 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
- ☑ 地域の感染情報に注意する



## (2) 日常生活を営む上での 基本的な生活様式

- ☑ こまめに手洗い・手指消毒
- ☑ 咳エチケットの徹底 ☑ 身体的距離の確保
- ☑ こまめに換気(エアコン併用で室温を28℃以下に)
- ☑ 三つの『密』(密集、密接、密閉)の回避
- ☑ 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



## 「新しい生活様式」を身に付けて 感染症に強く持続可能な新しい三重県へ

### (3) 日常生活の各場面別の生活様式

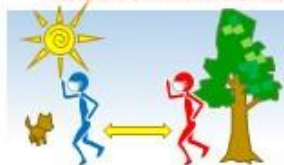
#### ● 買い物

- ☑ 通販も利用
- ☑ 一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せる
- ☑ サンプルなど展示品への接触はひかえめに
- ☑ レジに並ぶときは、前後にスペース



#### ● 娯楽、スポーツ

- ☑ 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

#### ● 公共交通機関の利用

- ☑ 会話はひかえめに
- ☑ 混んでいる時間は避けて
- ☑ 徒歩や自転車利用も併用



#### ● 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、おしゃべりはひかえめに
- ☑ お酌、グラスやおちょこの回し飲みは避けて

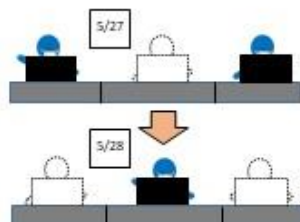
#### ● イベント等への参加

- ☑ 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

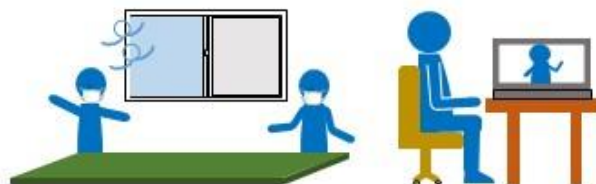


### (4) 働き方の新しいスタイル

- ☑ テレワークやローテーション勤務



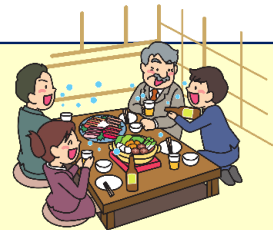
- ☑ 時差通勤でゆったりと
- ☑ オフィスはひろびろと
- ☑ 会議はオンライン
- ☑ 対面での打ち合わせは 換気と マスク



# 感染リスクが高まる「5つの場面」

## 場面① 飲酒を伴う懇親会等

- 飲酒の影響で気分が高揚し、**注意力が低下**。また、聴覚が鈍り**大声**になりやすい。
- **回し飲み**や**箸などの共用**が**感染リスク**を高める。



## 場面② 大人数や長時間におよぶ飲食

- **長時間におよぶ飲食**、**接待を伴う飲食**、**深夜のはしご酒**では、短時間の飲食と比較して、**感染リスク**が高まる。
- **大人数の飲食**では、**大声**になり飛沫が飛びやすくなるため**感染リスク**が高まる。



## 場面③ マスクなしでの会話

- 近距離での**マスクなしの会話**は、**飛沫感染のリスク**が高まる
- 昼カラオケなどで感染事例が報告。
- 車やバスで移動する際の**車中**でも**注意**が必要。



## 場面④ 狭い空間での共同生活

- **狭い空間での共同生活**は、**閉鎖空間が長時間共有**されるため、**感染リスク**が高まる。
- 寮の部屋やトイレなどの共用部分で感染が疑われる事例が報告。



## 場面⑤ 居場所の切り替わり

- 休憩時間に入った時など、**居場所が切り替わると**、**気の緩み**や**環境変化**で**感染リスク**が高まることも。
- 休憩室、喫煙所、更衣室での感染が疑われる事例が報告。



### 参考資料3（事業所における感染防止対策）

#### 適切な感染防止対策

目的	具体的な取組例
発熱者等の施設への入場防止	従業員の検温・体調確認を行い、発熱等の症状がみられる従業員の出勤を停止
	来訪者の検温・体調確認を行い、発熱等の症状がみられる来訪者の入場を制限
「三つの『密』」 (密閉・密集・密接)の防止	換気を行うこと（可能であれば、2つの方向の窓を同時に開けること）
	人と人の距離を適切にとること（利用者や従業員同士の距離確保、テレワーク等による在宅勤務やローテーション勤務の実施等）
	密集する会議の中止（対面による会議を避け、オンライン会議を活用）
	店舗利用者の入場制限、行列を作らないための工夫や列間隔の確保（約2m間隔の確保）
	長時間の密集を避けること（利用者の滞在時間の短縮・制限や会議時間の短縮等）
飛沫感染、接触感染の防止	従業員のマスク着用、手指の消毒、咳エチケット、手洗いの徹底
	来訪者の入店時における手指の消毒、咳エチケット、手洗いの徹底
	店舗、事務所内の定期的な消毒（複数人が触る箇所の消毒）
移動時における感染の防止	ラッシュ対策（時差出勤、自家用車・自転車・徒歩等による出勤の推進）
	従業員の出勤者数の制限(テレワーク等による在宅勤務やローテーション勤務の実施等)
	出張の中止（オンライン会議などを活用）、来訪者数の制限

上記の取組に加え、業種や施設の種別に応じた感染防止のためのガイドラインを作成し、感染防止対策を講じている旨をホームページ上に公開する、店舗内に掲示する、全従業員に周知徹底するなど、感染防止対策を自主的・積極的に進めていただくようお願いします。

なお、気温・湿度が高い中でのマスク着用については、熱中症のリスクを考慮し、こまめな水分補給、屋外で人との距離が十分確保できる場合には、マスクをはずすなどの対策も検討いただくようお願いします。

## 業種や施設の種別に応じた感染防止対策（ガイドライン）の一例

※これまでにクラスターが発生している施設等においては、格段の留意が必要。

### 1. 共通事項

---

- ・人との接触を避け、対人距離を確保（できるだけ2 mを目安に）する。
- ・感染防止のための入場者の整理を行う。（密にならないように対応。発熱や咳・咽頭痛などの症状がある人の入場制限を含む。）
- ・入口及び施設内に手指の消毒設備を設置する。
- ・マスクを着用する。ただし、気温・湿度が高い中では、熱中症に十分注意する。（従業員及び入場者に対し周知する。）
- ・施設の換気を行う。（2つ以上の窓を同時にあけるなどの対応も考えられる。）
- ・施設の消毒を行う。

#### （症状のある方の入場制限）

- ・発熱や軽度であっても咳・咽頭痛などの症状がある人は入場しないように呼び掛ける。（状況によっては、発熱者を体温計などで特定し、入場を制限することも考えられる。）
- ・業種によっては、万が一感染が発生した場合に備え、個人情報の取り扱いには十分注意しながら、入場者等の名簿を適切に管理する。

#### （接触感染対策）

- ・他人と共用する物品や手が頻回に触れる箇所を工夫して最低限にする。
- ・複数の人の手が触れる場所を適宜消毒する。
- ・手や口が触れるようなもの（コップ、箸など）は、適切に洗浄消毒するなど、特段の対応を図る。
- ・人と人とが対面する場所は、アクリル板・透明ビニールカーテンなどを設置する。
- ・ユニフォームや衣類はこまめに洗濯する。
- ・こまめな手洗いや手指消毒の徹底を図る。

#### （トイレ）

- ・便器内は通常の清掃で良いが、不特定多数が接触する場所は清拭消毒を行う。
- ・トイレの蓋を閉めて汚物を流すよう表示する。
- ・ペーパータオルを設置するか、個人用タオルを準備する。
- ・ハンドドライヤーは止め、共通のタオルは禁止する。

#### （休憩スペース）

- ・一度に休憩する人数を減らし、対面で食事や会話をしないようにする。
- ・休憩スペースは常時換気することに努める。
- ・共有する物品（テーブル、いす等）は、定期的に消毒する。
- ・従業員が使用する際は、入退室の前後に手洗いをする。

### (ごみの廃棄)

- ・鼻水、唾液等が付いたごみは、ビニール袋に入れて密閉して縛る。
- ・ゴミを回収する人は、マスクや手袋を着用する。
- ・マスクや手袋を脱いだ後は、必ず石鹸と流水で手を洗う。

### (清掃・消毒)

- ・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。
- ・不特定多数が触れる箇所（テーブル、いすの背もたれ、ドアノブ、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、レジ、蛇口、手すり、つり革、エレベーターのボタンなど）は、始業前後等に清拭消毒する。

### (その他)

- ・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、サービス提供側においても、より慎重で徹底した対応を検討する。
- ・地域での感染拡大の可能性が報告された場合の対応について検討しておく。

## 2. 遊技施設等

---

- ・マスク着用の上、十分な座席の間隔（できるだけ2mを目安に）を確保する。
- ・入退出時（入退出時やレジ等の行列含む）や集合場所等において人と人との十分な間隔（できるだけ2mを目安に）を確保する。
- ・必要に応じて、入場の制限等を講ずるなど、施設内の移動においても人と人との接触を避けるための十分な距離（できるだけ2mを目安に）を確保する。
- ・適切な換気を行うとともに、客の入れ替えのタイミングで消毒を行う。
- ・客同士の大声での会話を行わないよう呼びかけ、かつ、BGMや機械の効果音等を最小限のものとし、従業員が客同士の大声での会話が行われていないことを確認できる状態にする。
- ・客の滞在時間に目安を設けるなど、長時間の滞在・密集を避ける。

## 3. 商業施設・対人サービス業等

---

- ・マスク着用の上、十分な座席の間隔（四方を空けた席配置等）を確保する。
- ・入退出時（入退出時やレジ等の行列含む）や集合場所等において人と人との十分な間隔（できるだけ2mを目安に）を確保する。
- ・必要に応じて、入場の制限等を講ずるなど、施設内の移動においても人と人との接触を避けるための十分な距離（できるだけ2mを目安に）を確保する。
- ・適切な換気を行うとともに、客の入れ替えのタイミングで消毒を行う。
- ・従業員と客との間や、客と客との間にパーティションを設けるなどの徹底した感染防止対策を行う。
- ・マスクを着用していない客と直接接する対人サービス業の従業員については、マスクと目の防護具（フェイスガード等）の装着や消毒を実施する。
- ・客同士の大声での会話を行わないよう呼びかけ、かつ、BGMや機械の効果音等を最小限のものとし、従業員が客同士の大声での会話が行われていないことを確認できる状態にする。
- ・客の滞在時間に目安を設けるなど、長時間の滞在・密集を避ける。



#### 4. 劇場、集会・展示施設等

---

- ・マスク着用の上、十分な座席の間隔（四方を空けた席配置等）を確保する。
- ・入退出時（入退出時の行列含む）や 集合場所等において人と人との十分な間隔（できるだけ2 mを目安に）を確保する。
- ・必要に応じて、入場の制限等を講ずるなど、施設内の移動においても人と人との接触を避けるための十分な距離（できるだけ2 mを目安に）を確保する。
- ・適切な消毒や換気等を行うなどの徹底した感染防止対策を行う。
- ・客の滞在時間に目安を設けるなど、長時間の滞在・密集を避ける。

#### 5. 博物館等

---

- ・マスク着用の上、十分な座席の間隔（四方を空けた席配置等）を確保する。
- ・入退出時（入退出時の行列含む）や 集合場所等において人と人との十分な間隔（できるだけ2 mを目安に）を確保する。
- ・必要に応じて、入場の制限等を講ずるなど、施設内の移動においても人と人との接触を避けるための十分な距離（できるだけ2 mを目安に）を確保する。
- ・適切な消毒や換気等を行うなどの徹底した感染防止対策を行う。
- ・客の滞在時間に目安を設けるなど、長時間の滞在・密集を避ける。

#### 6. 食事提供施設等

---

- ・個室など定員が決まっているスペースについて、定員人数の半分の利用とする。
- ・座席の間にパーティションを設け、又は座席の間隔を十分に空ける、真正面の席を避けるなど、「三つの『密』」の環境を排除する。
- ・接客時等におけるマスク着用（マスクを着用していない客と直接接する場合は、目の防護具（フェイスガード等）も装着）、客の入れ替え時の適切な消毒や清掃、大皿での取り分けによる食事提供を自粛する。
- ・必要に応じて、入場の制限等を講ずるなど、施設内の移動においても人と人との接触を避けるための十分な距離（できるだけ2 mを目安に）を確保する。
- ・従業員や出入り業者に発熱や感冒症状がある場合の迅速かつ適切な対応など、衛生面や健康面の管理を徹底する。
- ・客の滞在時間に目安を設けるなど、長時間の滞在・密集を避ける。
- ・酒類の提供時間についても配慮する。

#### 7. 運動施設、公園等

---

- ・マスク着用の上、人と人との十分な間隔（できるだけ2 mを目安に）を確保する。
- ・適切な消毒や換気等を行うなどの徹底した感染防止対策を行う。
- ・ロッカー、シャワー等の屋内共用施設においては、必要に応じて利用人数を制限するなど、「三つの『密』」の環境を排除する。

●感染防止チェックシート  
(飲食店用)

## 感染防止対策実施中

新型コロナウイルス感染防止のため、  
私たちは以下の取組を実施しています

**STOP !!  
コロナ**

チェック☑

- 従業員の健康管理と適切な手洗いを徹底します
- 店内ではマスクを着用します
- 十分な換気を行います
- トイレは毎日、清掃・消毒します
- 客席や複数の人が触れる場所はこまめに消毒します
- 客席の配置を工夫し、対人距離を確保します
- 店内が混み合う場合は、入場制限を行います
- お客様用の手指消毒薬を設置します
- 料理は、大皿を避け、1人分ずつ提供します
- 会計時には、アクリル板の設置やコイントレイの使用等で、できるだけ接触を減らします
- 上記以外にも、業界団体ガイドラインに沿って対策を行います

私たちは、業界団体のガイドライン等に基づき、  
新型コロナウイルス感染防止対策に取り組んでいます。

店舗名

三重県は、事業者の皆様が行う自主的な感染防止の取組を応援しています

三重県 Me Covid-19 Task Force  
新型コロナウイルス感染症対策本部

(カラオケ等の歌唱を伴う飲食店用)

## カラオケ等の歌唱を伴う飲食店での 感染症防止対策

新型コロナウイルス感染防止のため、  
私たちは以下の取組を実施しています

**STOP !!  
コロナ**

チェック☑

- 開店前の検温、手洗いとアルコールによる手指消毒を徹底します
- 歌唱や会話の際も含め、マスクを常時着用します
- 正面にたたず、1m以上の距離をとった接客を行います
- お客様同士のソーシャルディスタンスを確保します ※2m (最低1m以上) を確保
- 店内が混み合う場合は、利用者数を制限 (通常の半数以下) します
- 飲食物は利用者の正面に置きません
- 店内・使用物 (機器・座席等) の消毒を徹底します
- 店内の定期的な換気を徹底します
- 清掃時には、ドアを解放します
- 利用者の皆さまの来店状況を記録します
- 感染の疑いがある場合には、速やかな連携が図れるよう、所管の保健所との連絡体制を整えます

私たちは、ガイドライン等に基づき、  
新型コロナウイルス感染防止対策に取り組んでいます。

事業者名

三重県は、事業者の皆様が行う自主的な感染防止の取組を応援しています

三重県 Me Covid-19 Task Force  
新型コロナウイルス感染症対策本部

(一般事業者用)

## 感染防止対策実施中

新型コロナウイルス感染防止のため、  
私たちは以下の取組を実施しています

**STOP !!  
コロナ**

チェック☑

- 従業員の健康管理と適切な手洗いを徹底します
- 店内ではマスクを着用します
- 十分な換気を行います
- トイレは毎日、清掃・消毒します
- 客席や複数の人が触れる場所はこまめに消毒します
- 客席の配置を工夫し、対人距離を確保します
- 店内が混み合う場合は、入場制限を行います
- お客様用の手指消毒薬を設置します
- 
- 
- 上記以外にも、業界団体のガイドラインまたは独自のマニュアル等を遵守し、感染防止対策を徹底しています

私たちは、ガイドライン等に基づき、  
新型コロナウイルス感染防止対策に取り組んでいます。

店舗名

三重県は、事業者の皆様が行う自主的な感染防止の取組を応援しています

三重県 Me Covid-19 Task Force  
新型コロナウイルス感染症対策本部

●安心みえる LINE 掲示例

感染拡大防止の取組を支援し、  
三重の安心を支えます

あんしん + 三重県 + みえる

コチラを読み取り

# 安心みえる LINE

三重県LINE公式アカウント  
【三重県-新型コロナ対策パーソナルサポート】  
が、皆様のものごころをサポートします。

施設利用者やイベント等参加者に新型コロナウイルスの感染が確認され、保健所が不特定の方への感染のおそれが高いと判断した場合、LINEメッセージでその情報をお知らせします。

**登録手順** **お知らせメッセージ**

① スマートフォンでQRコードを読み込む

② 三重県のLINE公式アカウントを未登録であればあなたに追加

※1 登録完了後、登録完了画面が表示されます。その後、施設利用者を登録することはありません。  
※2 QRコードは印刷された紙やスマートフォンで撮影して読み取ります。  
※3 業界団体が定める業種別の感染拡大予防ガイドラインのほか、「三重県設計」等に基づき独自に定める感染拡大防止のためのマニュアル等 (施設利用ガイドライン等) の活用をお願いします。  
※4 本サービスは、スマートフォンのカメラ機能を利用してQRコードを読み取る必要があります。

施設、イベント名 等

私たちは、業界団体のガイドライン等に基づき、  
新型コロナウイルス感染防止対策に取り組んでいます。

(ご登録いただくと個別の施設名、QRコードを記載した上記のチラシをプリントいただけます)