令和２年９月３０日

職員各位

危　機　管　理　室
学長　　吉 田 晃 敏

新型コロナウイルス感染拡大防止のための本学の対応
【１０月１日～１１月３０日】について（通知）

北海道では，「新北海道スタイル」の実践や「業種別ガイドライン」の遵守を前提として，イベント等の開催制限が緩和されたところですが，道内における最近の感染状況を鑑み，本学における１１月３０日までの対応は下記のとおりとしますので，引き続き，感染防止に努めるようお願いします。

なお，「新型コロナウイルス感染拡大防止のための行動指針（ＢＣＰ）」のレベルは引き続き『レベル１』とします。

記

１．居住地外への移動について

居住地外への移動にあたっては，訪問の必要性，訪問場所を改めて検討し，特に感染が拡大している地域への往来については，慎重に判断すること。

２．出張について

出張先の感染状況等を十分把握したうえで，旅行者の人数，旅行日数，行程について，必要最小限の行動となるよう適切に対応すること。

なお，出張先の感染状況や呼びかけなどに留意し，感染リスクを低減する行動をとること。

また，飲食店を利用する場合にあっては，自己適合宣言マーク等の表示に留意する等，感染防止対策を徹底していることを確認すること。

３．兼業について

１か月以内に新型コロナウイルス感染症による院内感染が発生した医療機関への兼業は，禁止する。

４．海外渡航

海外渡航については，感染症危険情報レベルにかかわらず禁止する。

５．研修会・講演会等の開催及び参加

本学が開催する研修会・講演会等は，「参加人数が 1,000 人以下であること。かつ屋内にあっては，収容定員の半分程度以内，屋外にあっては，人と人との距離を十分に確保できるもの（できるだけ２m）」のみ開催を可能とする。なお，開催にあたっては，Web 会議システムによる開催の可能性について検討することとする。

参加者を集めて開催する場合は，感染防止策を徹底すること。なお，飲食を伴う行事等の開催は，原則，中止又は延期とする。

・入退場時に検温を実施し，発熱等の症状がある者は参加を控えてもらうようにすること。
・イベントを開催する前に，イベント参加者に接触確認アプリ（COCOA）をインストールすることを促すこと。また，北海道コロナ通知システムを積極的に登録するとともに，イベント参加者の連絡先等の把握を徹底すること。（接触確認アプリ（COCOA）及び北海道コロナ通知システムについては，１３．参考・関連リンク参照）
・熱中症等の対策が必要な場合を除き，原則，マスクを着用することを促すこと。また，こまめな消毒や手洗いなど，「新しい生活様式」に基づく行動を徹底することを促すこと。
・入退場時，休憩時間や待合場所等を含め，三密状態（密閉・密集・密接）の環境を作らないよう徹底するほか，そこにおける交流等を極力控えることを呼びかけること。
・開催前後には，参加者の移動中や移動先における感染防止のための適切な行動（例えば，業務上必要性のない外出等による感染リスクのある行動の回避）を促すこと。

６．勤務体制

感染防止措置のうえ，通常どおりの勤務を可能とするが，各部署の実状に合わせて，「時差出勤」，「休日の振替」及び「執務室の分散」を活用し，三密状態（密閉・密集・密接）を防ぐこと。

※　ＢＣＰのレベル１では，「一部の職員に対して在宅勤務等を命じること」となっていますが，旭川市及び管内の感染状況等に鑑み，「在宅勤務」の実施については，７月３１日をもって終了しました。

（１）時差出勤の活用

始業及び終業の時刻並びに休憩時間の時間帯を変更可能。（5:00～22:00 の間に限る。）

（２）休日の振替の活用

休日を振り替えることにより，土日の勤務を行うことが可能。

（３）執務室の分散

会議室や空きスペースの利用により，一つの部屋に多くの人が密集しない工夫を取る。

（４）勤務体制計画

（１）・（２）の勤務を行う場合は，所属長の指示により行うものとし，事前に各部署において勤務体制計画を立てること。

７．構内への立入制限について

（１）製薬会社・ＭＲ等の大学・病院内への出入りを制限する。

なお，本学から依頼を受けた場合は立入を認めるが，職員からの不要不急の依頼は控えること。

（２）報道機関等の構内での取材・撮影は，可能な限り，電話・メール・TV 会議システム・Web 会議システムによる対応とする。

やむを得ず構内での取材等が必要な場合は，感染予防（手指消毒，咳エチケットの徹底，こまめな換気，身体的距離の確保等）を徹底する。

８．感染防止のための基本的な対策

（１）身体的距離の確保，手指衛生，咳エチケット及びマスク着用の徹底

・人との間隔は，できるだけ 2m（最低 1m）空けること。

・会話をする際は，可能な限り真正面を避けること。

・症状がなくてもマスクを着用すること。

・手洗いは 30 秒程度かけて水と石鹸で丁寧に洗うこと。（手指消毒薬の使用も可。）

（２）日々の健康状態の確認

・疲労の蓄積につながるおそれがある長時間の時間外労働を避けること。

・十分な栄養摂取と睡眠の確保など健康管理を行うこと。

・出勤前の体温測定を徹底し，日々の健康状態の把握に努めること。

・各部署において，職員の日々の体調を確認するとともに，体調不良時には正直に申告しやすい雰囲気を醸成（体調不良の訴えがあれば勤務させない，正直に申告し休むことで不利益な扱いにしない）すること。

９．感染防止のための具体的な対策

（１）基本的な対策

・「換気の悪い密閉空間」，「多くの人が密集」，「近距離で会話や発声」の３つの条件を同時に満たす行事等は極力回避すること。「３つの密」が重ならなくても，リスクを低減させるため，出来る限り「ゼロ密」を目指すこと。

（２）換気の悪い密閉空間の改善

・多くの人が集まる会議室はもとより，通常の執務等で使用している部屋についても，人がいる間は原則，換気扇を使用することを徹底すること。（令和 2 年 4 月 23 日付け通知「新型コロナウイルス感染対策としての換気の徹底について」参照）

・窓が開閉可能な場合は，１時間に２回以上，窓を全開して換気を行うこと。複数の窓がある場合，二方向の窓を開放すること。窓が一つしかない場合は，ドアを開けること。

（３）多くの人が密集する場所の改善

・可能な限り，テレビ会議やメール等による書面会議を行い，人が集まる形での会議等をなるべく避けること。

・対面での会議やミーティング等を行う場合は，人と人との間隔をできるだけ 2m（最低 1m）空け，可能な限り真正面を避けること。

・カウンター業務等において，人と人が対面する場所は，アクリル板や不燃性透明ビニールカーテン等で遮蔽すること。

（４）接触感染の防止

・物品・機器等（電話，パソコン，デスク等）については，複数人での共用をできる限り回避するとともに，こまめに消毒を実施すること。

※人がいる環境に，消毒や除菌効果を謳う商品を空間噴霧して使用することは，眼，皮膚への付着や吸入による健康影響のおそれがあることから推奨されていません。

（５）近距離での会話や発声の抑制

・人と会話する際には，大きな声を出さずに距離をなるべく保持すること。

・来学者との対面での接触や会話をなるべく避けること。

・1m 以内で会話する必要がある場合は，可能な限り 15 分以内に留めること。

・休憩スペース等における対面での食事や会話は避けること。

・通常の清掃に加え，ウイルスが付着しやすい箇所（机，ドアノブ，スイッチ，テーブル，椅子等）を拭き取り清掃すること。

（６）ゴミの廃棄

・鼻水や唾液などが付いたゴミは，ビニール袋に入れて密閉して縛ること。

・ゴミを回収する場合は，マスクや手袋を着用することとし，作業後は必ず石鹸と流水で手洗いすること。

（７）飲食店等における行動

・夜間も含め，日頃から３つの密（密閉，密集，密接）が発生する場所を徹底して避けること。

・多人数での会食や飲み会を避けること。

・多人数での集団旅行やイベント等における感染リスクについて，特に注意を払うこと。

・飲食店等を利用する場合には，自己適合宣言マーク等の表示に留意すること。

・大声を出す行動（飲食店等で大声で話す，カラオケやイベント，スポーツ観戦等で大声を出すなど）を自粛すること。

・職場外でもマスクの着用や３つの密を回避する等，日常生活において「新しい生活様式」を実践すること。

（８）接触確認アプリのインストール等

・新型コロナウイルス接触確認アプリ（COCOA）や北海道コロナ通知システムを極力活用すること。（１３．参考・関連リンク参照）

１０．風邪症状が出た場合等の対応

（１）次の症状があり，新型コロナウイルス感染症が疑われる場合は，必ず所属長に報告すること。（所属長が発症した場合は，所属職員に報告すること。以下対応は同じ。）

【有症状もしくは接触歴】　　（感染制御部の休業目安と同様）

① 発熱（37.3℃以上）

② 咳，痰，咽頭痛，鼻水

③ つよい倦怠感

④ 労作時呼吸困難の増強

⑤ 新型コロナウイルス感染症（COVID-19）陽性者と直接の濃厚接触

①～⑤の項目を２つ以上みたす時 ➡ **自宅待機**

自宅待機中は不要不急の外出を控え，安静にして療養に専念すること。

①～⑤の項目を１つみたす時 ➡ **休暇の取得を推奨するが，所属長と相談すること。**

病院職員は就業継続となった場合，感染制御部へ報告すること。

（２）就業復帰の目安は，「解熱剤を使用せず 48 時間発熱（37.3℃以上）がなく主要な症状が改善傾向にある場合」とし，事前に所属長と相談のうえ就業復帰すること。判断に迷う場合は，人事課労務管理係（TEL:0166-68-2127）へ連絡すること。

また，出勤後 14 日間は他の職員との濃厚接触を避けること。また，保健所からの指示がある場合は，それに従うこと。

なお，病院で勤務する職員は感染制御部からの通知に従うこと。

（３）（１）の①～⑤の項目が２つ以上あり，その症状が４日以上続く場合（基礎疾患や妊娠している方は，２日間程度続く場合）は，旭川市保健所の一般相談【TEL:0166-26-2397　受付時間:8 時 45 分～17 時 15 分（平日のみ）】又は帰国者・接触者相談センター【TEL:0166-25-9848　受付時間:8 時 45 分～21 時 00 分（平日・土日祝日も実施）】（旭川市外居住者は，北海道新型コロナウイルス感染症健康相談センター【TEL:0800-222-0018（フリーコール）開設時間:24 時間】）に指示を仰ぎ，その内容を所属長へ報告すること。報告を受けた所属長は，別紙「新型コロナウイルス感染症連絡票」をもとに聞き取りを行い，その内容を人事課労務管理係（TEL:0166-68-2127）に報告・提出すること。

なお，人事課労務管理係は，病院で勤務する職員にかかる報告を受けた場合には，「新型コロナウイルス感染症連絡票」の写しを感染制御部へ渡すこと。

（４）ＰＣＲ検査を実施することが決定した段階で，速やかに所属長に報告すること。報告を受けた所属長は，人事課労務管理係（TEL:0166-68-2127）に報告し，上記（３）により提出した別紙「新型コロナウイルス感染症連絡票」の内容に追記・修正等がある場合は，再提出すること。

なお，人事課労務管理係は，病院で勤務する職員にかかる報告を受けた場合には，感染制御部に報告すること。

（５）ＰＣＲの結果が判明した際は，その結果を速やかに所属長に報告すること（結果が陰性であった場合も含む。）。報告を受けた所属長は，人事課労務管理係（TEL:0166-68-2127）に報告し，上記（３）・（４）により提出した別紙「新型コロナウイルス感染症連絡票」の内容に追記・修正等がある場合は，再提出すること。

なお，人事課労務管理係は，病院で勤務する職員にかかる報告を受けた場合には，感染制御部に報告すること。

（６）職員の感染が判明した場合は，人事課労務管理係は危機管理室（総務課総務係）へ報告すること。また，危機管理室は，当該感染者の症状の有無，大学内における活動の態様，接触者の多寡，地域における感染拡大の状況，感染経路の明否等を確認しつつ，学校保健安全法第２０条に基づく臨時休業の必要性について，北海道や旭川市保健所等と十分相談の上，実施の有無，規模及び期間を判断する。

１１．新型コロナウイルス感染症に罹患した場合等の取扱いについて

（１）就業禁止

以下に該当する場合は「就業禁止」とする。

① 新型コロナウイルスに感染していると診断された場合

② 職員や同居者が保健所から濃厚接触者として特定され，保健所から職員に対し自宅待機が指示された場合

（２）就業禁止期間

① <u>新型コロナウイルスに感染していると診断された場合</u>

診断された日から医療機関により治癒したと診断された日までとする。

② <u>職員や同居者が保健所から濃厚接触者として特定され，保健所から職員に対し自宅待機が指示された場合</u>

保健所の指示に従うこと。ただし，当該者の健康状況等によっては必要に応じて延長することがある。

（３）同居の家族等が新型コロナウイルス感染症に罹患した場合や濃厚接触者となった場合

同居の家族等が新型コロナウイルス感染症に罹患した場合は，必ず所属長に報告すること。

また，同居の家族等が濃厚接触者と判断された場合，保健所からの自宅待機が指示されない限り，職員は自宅待機の必要はないが，マスクの着用や手指衛生の徹底し，自身の体調に注意を払うこと。

１２．その他

以下のことについて徹底するとともに，引き続き国及び地方自治体の示す対応方針等を注視し，それに従うこと。

（１）三密状態を避け，自分や他者への感染リスクを最小限にとどめるための行動をすること。

（２）不特定多数者との接触を避け，感染のフォローアップが困難になるような行動を避けること。

１３． 参考・関連リンク

・北海道ホームページ（新型コロナウイルス感染症(COVID-19 に関する情報)
http://www.pref.hokkaido.lg.jp/ss/tkk/singatakoronahaien.htm

・北海道新型コロナウイルス感染症　健康相談センター
http://www.pref.hokkaido.lg.jp/ss/ssa/0917soudancenter_info.pdf

・旭川市ホームページ（新型コロナウイルス感染症について）
https://www.city.asahikawa.hokkaido.jp/kurashi/135/136/150/d068298.html

・厚生労働省ホームページ（新型コロナウイルス感染症について）
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html

・新型コロナウイルス接触確認アプリ（COCOA) COVID-19 Contact-Confirming Application
(厚生労働省ホームページ)
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/cocoa_00138.html

・北海道コロナ通知システム（北海道ホームページ）
http://www.pref.hokkaido.lg.jp/kz/kks/coronaalertsystem.htm

・文部科学省ホームページ（新型コロナウイルスに関連した感染症対策に関する対応について）
https://www.mext.go.jp/a_menu/coronavirus/index.html

・首相官邸（新型コロナウイルス感染症に備えて～一人ひとりができる対策を知っておこう～）
http://www.kantei.go.jp/jp/headline/kansensho/coronavirus.html

・外務省海外安全ホームページ
https://www.anzen.mofa.go.jp

・新型コロナウイルス感染症に係る職場における集団感染事例
新型コロナウイルス感染症に係る職場における感染防止措置の取組の参考となるよう，職場における集団感染が発生したと考えられる事例が，厚生労働省から紹介されています。

事例１）事業場（執務室）
多数の労働者が勤務する執務室内で集団感染が発生したもの。
(集団感染が発生した原因として考えられるもの)
・執務室内で作業する労働者の半数がマスクをしていなかった。
・席配置について，他の労働者と密接する環境であった。
・換気が不十分であった。
・複数人で物品・機器等を共有する場合において，消毒を実施していなかった。

事例２）事業場（休憩スペースや社員食堂等）

多くの労働者が休憩を同時に取得し，休憩スペースや更衣室も複数の労働者が同時に利用したことから，集団感染が発生したもの。

(集団感染が発生した原因として考えられるもの)

・多くの労働者が休憩を同時に取得し，休憩スペースや更衣室および食堂で密集した状況となっていた。

・更衣室において，複数の労働者がロッカーを共同で利用する場合に，消毒を実施していなかった。

・食堂において，飛沫感染の防止措置を取らず，労働者が対面で会話をしながら食事をしていた。

事例３）事業場外（外勤時や移動時）

研修など宿泊を伴う業務において，行動を共にしていた労働者が発症。また複数の労働者が，車両にて移動したことから同乗した複数の労働者にも感染が拡大したもの。

(集団感染が発生した原因として考えられるもの)

・集団での活動や生活する場で密集していたことから感染した。

・車内では，密接した配席であり，換気も不十分であった。

事例４）事業場外（勤務時間外等）

職場で開催された就業時間後の飲み会を端緒に集団感染が発生したもの。

(集団感染が発生した原因として考えられるもの)

・飲み会の場では密集した状況であり，換気も不十分であった。

・近い距離で比較的大きな声で談笑していた。

・職場以外でも感染防止が必要なことが十分周知できていなかった。

（令和２年８月７日付け厚生労働省労働基準局長通知「職場における新型コロナウイルス感染症への感染予防，健康管理の強化」別添資料 2-2 から一部抜粋したものです。）

別紙

新型コロナウイルス感染症連絡票

受付者　所属
氏名

※　可能な範囲で記入してください。

連絡を受けた日	令和　年　月　日（　）　午前・午後　時　分										
所属・職名	所属		職名		学内内線						
ふりがな					性別	男　・　女					
氏名											
連絡先電話番号	※携帯電話等、必ず連絡がとれる番号を記載すること　－　－										
渡航歴	□	無	□	有	（渡航先：　）						
					（渡航期間：　月　日（　）～　月　日（　））						
					（渡航ルート：　）						
陽性者との直接の濃厚接触	□	無	□	有	就業中のマスク着用の有無	□	無	□	有		
現在の症状等	1	体温　度　分	測定時刻　時　分頃								
	2	次のいずれかに該当する自覚症状あり。 □ 発熱　□ 咳　□ 痰　□ 咽頭痛　□ 鼻水　□ だるさ □ 頭痛　□ 腹痛　□ 吐き気　□ 下痢　□ 呼吸困難の増強　□ 嗅覚味覚障害 □ その他 （　）									
症状が現れた日	令和　年　月　日（　）午前　・　午後　時頃										
発症２日前までの行動（出勤状況や会議への出席、職場内での動線等）	月　日（　）										
	月　日（　）										
現在の滞在場所	□	自宅	□	実家	□	ホテル	□	医療機関（　）	□	その他（　）	
医療機関受診の有無等	□	無	□	有	（受診日：　月　日（　））						
					（医療機関名：　）						
					（診断：　）						
					（今後の見通し等：　）						
保健所への連絡	□	無	□	有	（保健所名：　）						
					（担当者名：　）						
					（連絡先：　）						
					保健所からの指示内容：						
その他（追記報告があれば記載）											
職員へ指示した事項											

提出先：人事課労務管理係

報告・相談の手順

①発熱（37.3℃以上）
②咳、痰、咽頭痛、鼻水
③つよい倦怠感
④労作時呼吸困難の増強
⑤陽性者との直接の濃厚接触

①～⑤の項目を2つ以上みたす	①～⑤の項目を1つみたす

所属長へ報告

所属長へ報告し、今後の対応を相談

就業継続
手指衛生、マスク装着を遵守のこと

自宅待機

症状が改善傾向

自宅療養

症状が4日以上続いている
※基礎疾患がある場合は2日

帰国者・接触者相談センター等に相談
〇旭川市保健所の電話相談
0166-26-2397（平日：8:45～17:15）
〇帰国者・接触者相談センター
0166-25-9848（平日・土日祝日：8:45～21:00）

相談センターの指示内容を所属長へ報告※1

※1　報告を受けた所属長は人事課労務管理係へ「新型コロナウイルス感染症連絡票」により報告。
（病院で勤務する職員にかかる報告を受けた場合は、人事課労務管理係が感染制御部へ報告）

PCR検査

陽性	陰性

検査の必要なしと判断

検査結果を所属長へ報告※1

検査結果を所属長へ報告※1

自宅療養

※1　報告を受けた所属長は人事課労務管理係へ「新型コロナウイルス感染症連絡票」により報告。
（病院で勤務する職員にかかる報告を受けた場合は、人事課労務管理係が感染制御部へ報告）

解熱剤を使用せず48時間発熱（37.3℃以上）がなく主要な症状が改善傾向にある。

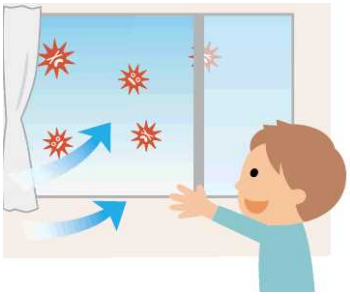
所属長と相談

就業禁止

就業復帰
※出勤後14日間は他の職員との濃厚接触を避けること。

新型コロナウイルス
職場における「4つ」の対策ポイント
～職場での感染にご注意ください！～

換気



室内では
こまめに換気をしましょう

密

席や更衣室で、人と
適切な距離をとりましょう

共用

複数人での備品の共用は
できる限り避けましょう

休

体調が悪い場合は、
軽めの症状でも
休みましょう・休ませましょう

また、感染防止の3つの基本である **①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い** の徹底もお願いします。

「接触確認アプリ」（ＣＯＣＯＡ）ご活用のお願い

職場のみんなをまもるため、
新型コロナウイルス接触確認アプリ※のインストールをお願いします。

※このアプリは、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、スマートフォンのアプリです。

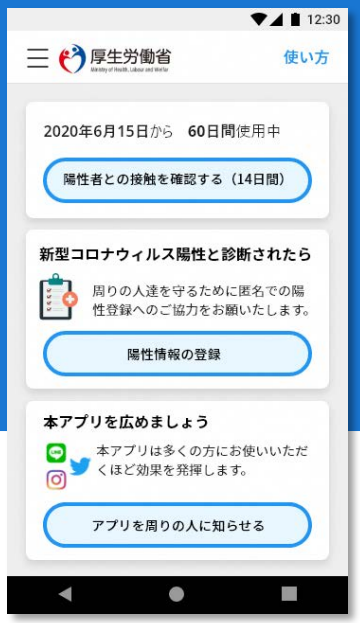
詳しくは厚労省特設サイトへ

ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

令和2年8月 7 日版

新型コロナウイルス接触確認アプリのインストールをおねがいします

自分をまもり、大切な人をまもり、地域と社会をまもるために、接触確認アプリをインストールしましょう。



＊画面イメージ

厚生労働省
新型コロナウイルス接触確認アプリ
（略称：COCOA）

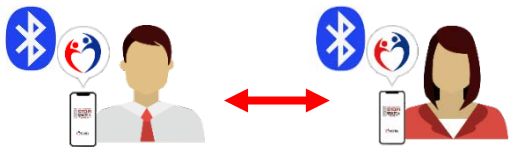
COVID-19 **Co**ntact **Co**nfirming **A**pplication

接触確認アプリは、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、スマートフォンのアプリです

○本アプリは、利用者ご本人の同意を前提に、スマートフォンの近接通信機能（ブルートゥース）を利用して、お互いに分からないようプライバシーを確保して、新型コロナウイルス感染症の陽性者と接触した可能性について、通知を受けることができるアプリです。

○利用者は、陽性者と接触した可能性が分かることで、検査の受診など保健所のサポートを早く受けることができます。利用者が増えることで、感染拡大の防止につながることが期待されます。

1メートル以内、15分以上の接触した可能性



・接触に関する記録は、端末の中だけで管理し、外にはでません
・どこで、いつ、誰と接触したのかは、互いにわかりません

※端末の中のみで接触の情報（ランダムな符号）を記録します
※記録は14日経過後に無効となります
※連絡先、位置情報など個人が特定される情報は記録しません
※ブルートゥースをオフにすると情報を記録しません

iPhoneの方はこちら　App Store からダウンロード

Androidの方はこちら　Google Play で手に入れよう

詳しくはこちら　厚生労働省ウェブサイト

厚生労働省 Ministry of Health, Labour and Welfare

内閣官房　新型コロナウイルス感染症対策推進室
情報通信技術(IT)総合戦略室

「新しい生活様式」の実践例

（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

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

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

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