

# 道民の皆様へ

令和2年3月12日

## 新型コロナウイルス緊急事態宣言（お願い）

＜道民の底力で STOP！コロナウイルス＞

◆政府の専門家会議では、

- ① 人と人との接触を避ける行動をとれば、感染者の発生が減少する。
- ② 若年層（10代後半～30代）が気付かぬうちに感染を拡大している可能性があるとの見解が示されております。

今週末（14日～15日）も、もし外出するときは、  
次のことを必ず確認してください。

- 1 体調は大丈夫？風邪ぎみではありませんか？
- 2 人が大勢集まったり、風通しが悪い場所では  
ありませんか？
- 3 感染リスクを下げる方法をご存じですか？



◆道民の皆様（特に若い方）のご理解とご協力を、よろしくお願いします。

北海道知事 鈴木 直道

# 1 体調は大丈夫？ 風邪ぎみではありませんか？

○専門家からの報告では、「症状の軽い人も、気がつかないうちに、感染拡大に重要な役割を果たしてしまっている、また、若年層により感染が拡大している可能性がある」と指摘されています。



- ◆風邪の症状に似ているので、のどの痛み、咳、発熱などがある場合は、外出しないようにしてください。
- ◆ご自身やご家族の熱を測るなど、健康チェックに努めてください。
- ◆石けんによる手洗いや手指消毒用アルコールによる消毒の他、咳エチケットに努めてください。
- ◆特に、若者の皆様のご理解とご協力をお願いします。



## 2 人が大勢集まったり、風通しが悪い場所ではありませんか？

○専門家からの報告では、「ライブハウスや友人宅での大人数での飲み会など、屋内の閉鎖的な空間で、人と人が至近距離で、一定時間以上交わることによって、患者が発生する可能性がある」と指摘されています。



◆換気が悪く、不特定多数の人が密に集まるような空間は、感染リスクが高いことから、その規模の大小に関わらず、避けてください。

◆自宅の部屋など、窓のある環境では、可能であれば2方向の窓を同時に開け、建物内の換気に努めてください。

◆特に、若者の皆様のご理解とご協力をお願いします。



# 3 感染リスクを下げる方法をご存じですか？

○専門家からの報告では、「症状のない方にとって、屋外での活動や人との接触が少ない活動の他、一定程度の距離をとった会話は、感染リスクが低い」とされております。



◆会話は、手を伸ばして相手に届かない程度の距離をとるか、**自分から飛沫を飛ばさないようマスクを装着**することが望ましいとされています。

◆買い物は、混雑していない時間帯を選ぶといった配慮が必要です。

◆散歩やジョギング等は、感染リスクが低いとされています。

◆特に、若者の皆様のご理解とご協力をお願いします。

