

2022年5月30日

## 县民行动指南 Ver. 40

为预防新型冠状病毒感染，请各位县民协助做到以下几点。

福井县知事 杉本达治

### 【致各位县民】

#### 1 保持戴口罩等基本习惯

- 在与人会话时（包括在吃饭时）切记要戴口罩（为了预防中暑，在户外不易与人接触的情况除外）。
- 注意与他人保持间隔（尽可能2米，至少1米）。
- 回家后或饭前洗手。此外，不要轻易触摸眼睛、鼻孔和嘴。
- 请注意换气通风。（每小时2次以上，每次全开数分钟）
- 与他县往来时请避免混杂人群等、注意彻底采取基本的感染预防措施。  
回福井后请注意观察身体情况。

#### 2 降低感染风险

- 避开“通风不良的密闭空间”、“人多的密集场所”、“近距离说话交流的密切接触场所”的具有“3密”条件的场所。
- 如果您家里有老年人或患有基础疾病的人，请采取自我保护措施，如在家会话时戴上口罩，外出时避开人群等。此外，同居的家庭成员也应在家中采取彻底的预防感染措施，如在家会话时戴上口罩、勤通风等。
- 周围的成年人一定要彻底贯彻戴口罩的准则来保护戴口罩有困难的学龄前儿童。
- 聚餐时请务必遵守「戴口罩聚餐」准则。但是，请不要进行长时间的聚餐。
- 在餐饮店饮食时请利用标有“福井安全安心·认证店”的餐饮店。进入餐饮店以外的店时请确认是否张贴“彻底防止感染宣言”告示，如果没有张贴告示的话，还请谨慎进入。
- 使用接触确认的应用程序（COCOA）。如果收到该程序发来的接触确认通知时，请向“就诊·咨询中心”（0776-20-0795）进行咨询。

### 3 彻底管理好自己的身体状况

- 请注意测量体温以及关注您自己以及所有家庭成员的身体状况，如身体出现不适时，请尽量避免上班或上学。
- 如出现发热等症状时，请先电话咨询您的主治医或附近的医疗机构。如没有主治医、不知去哪就诊时，请先向“就诊·咨询中心”（0776-20-0795） 电话咨询。
- 同居家人如有出现身体不适或学校、工作单位等身边有人确诊时，请在家中戴上口罩等，尽早采取预防措施。

#### 【致各单位】

### 4 提供令人安心的工作场所和商店

- 遵守预防感染扩散的指南，张贴“彻底防止感染声明”的告示。
- 记录客户联系信息等，以防出现感染时备用。 如果发生感染，请协助保健所进行调查，包括 PCR 检查、设施名称公布和名册提交。
- 不要在工作单位内（包括吸烟区、更衣室和员工食堂）制造“3密”场所。
- 在工作单位休息时，请务必戴好口罩。
- 午餐时、与同事吃饭时请务必贯彻“安静就餐”准则、吸烟时也请不要交谈。
- 重新考虑工作方式，如采用居家办公（远程办公）和轮班制度，线上替代出差等。
- 营造一个身体不适职工无顾虑请假休息的工作环境。
- 为推进餐饮场所的“戴口罩会话”，号召客人厉行戴口罩聚餐措施。

#### 【致各位县民及单位】

### 5 不要采取诽谤或歧视行为。

- 请绝对不要对感染者·密切接触者、参与疫情防治的医疗机关·医护人员及其家族进行诽谤或歧视。
- 关于新冠疫苗，请不要强迫您周围的人接种疫苗，也不要对未接种者有差别对待。

#### 参考

【福井县官网】 全国感染情况、实施防止蔓延等重要措施的地区

[https://www.pref.fukui.lg.jp/doc/kenkou/kansensyo-yobousessyu/corona\\_ver2\\_2.html](https://www.pref.fukui.lg.jp/doc/kenkou/kansensyo-yobousessyu/corona_ver2_2.html)

【内阁府官网】 增加感染风险的“五种场面”等

<https://corona.go.jp/proposal/>