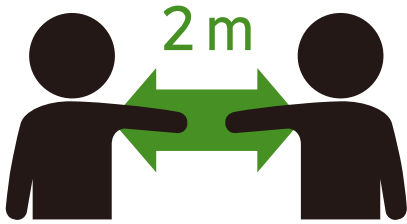


# 为防止新冠肺炎的扩散必须注意的事项

滨松市的实践例 新生活样板



保持距离



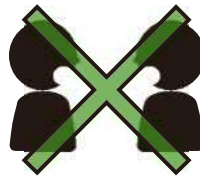
戴口罩



洗手



如果跟朋友见面要在室外



避免面对面



出世大名  
家康くん



出世法師  
直虎ちゃん

生活

买东西



一人或少人数去购物  
选择客人稀少的时间段

例

运动



在家使用录像

吃饭



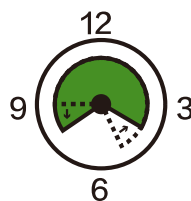
叫外卖

工作

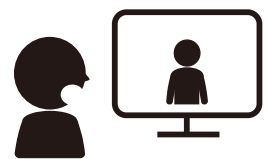


在家工作

例



避开通勤高峰



网络会议

## 高危感染的「五种场景」

### 场景① 伴有饮酒的联欢会等

- 人借酒劲情绪激昂，与此同时，注意力也会降低。此外，听觉迟顿，声音加大。
- 特别是在酒席等被围隔起来的狭小空间里，长时间、多人数聚在一起，感染风险会增大。
- 此外，同杯饮酒共用筷子等，更增加感染风险。



### 场景② 多人数，长时间的饮食

- 长时间的饮食，并有陪伴的饮食，夜晚多店轮番饮酒等比起短时间就餐，其感染风险更高。
- 多人数，比如 5 个人以上就餐时，往往会大声说话，引发飞沫，这样，感染风险也会增高。



### 场景③ 会话时不戴口罩

- 不戴口罩近距离会话时，由飞沫感染及微小飞沫感染引起的感染风险会增高。
- 不戴口罩引起的感染实例，比如，已经确认的有白天的卡拉 OK。
- 乘坐汽车和巴士时，在车内也要注意。



### 场景④ 在狭小空间的共同生活

- 在狭小空间的共同生活，由于长时间共有闭锁空间，感染风险会增高。
- 怀疑在宿舍的房间，卫生间等共用部分感染事例也有报告。



### 场景⑤ 留滞场所的更换

- 工作中一旦进入休息时间等，变换了留滞场所，这样由于情绪放松和环境变化，有时感染风险也会增高。
- 被怀疑在休息室，吸烟处，更衣室所感染事例也有确认。



## 彻底贯彻有关聚会、聚餐的感染对策

请尽量减少出入人员容易密集的场所，减少参加未彻底施行基本性感染防范措施的活动和聚餐等。  
特别是要避免参加人数众多的密集性聚会且伴有大声喧哗的活动、聚会等。

如若要参加活动或聚餐时，请保持适当的间隔距离、认真消毒手指、戴好口罩，减少大声喧哗，认真做好感染的防范。

必要时尽可能家庭成员呆在家里，探讨参加网上活动等，探寻新的娱乐方式。

尽量避免在街头、饮食店等大量酗酒及彻夜酗酒，尽量避免酒后参加聚会活动。