

アストモスガス から版



2020年 6月号

・編集・アストモスリテイリング株式会社
東北カンパニー / 山形支店

未だ終息しないコロナ対策

第二波が来たら、万が一の対応

ご家族に新型コロナウイルス感染が疑われる場合 家庭内でご注意いただきたいこと ～ 8つのポイント～

部屋を分けましょう

- ◆個室にしましょう 食事や寝るときも別室としてください。
- ◆ご本人は極力部屋から出ないようにしましょう。

感染者のお世話はできるだけ限られた方で

- ◆心臓、肺、腎臓に持病のある方、糖尿病の方、免疫の低下した方、妊婦の方などが感染者のお世話をするのは避けて下さい。

マスクをつけましょう

- ◆使用したマスクは他の部屋に持ち出さないで下さい。
- ◆マスクの表面には触れないようにして下さい。
- ◆マスクを外した後は必ず石鹸で手を洗いましょう。

こまめに手を洗いましょう

- ◆こまめに石鹸で手を洗いましょう、アルコール消毒をしましょう。

換気をしましょう

- ◆定期的に換気をして下さい。共有スペースや他の部屋も窓を開け放しにするなど換気しましょう。

手で触れる共有部分を消毒しましょう

- ◆ドアの取手、ノブは薄めた市販の家庭用塩素系漂白剤でふいた後、水拭きしましょう。
- ◆トイレや洗面所は、通常の家計用洗剤ですすぎ、家庭用消毒剤でこまめに消毒しましょう。
- ◆洗淨前のものを共有しないようにして下さい。

汚れたリネン、衣服を洗濯しましょう

- ◆汚れた衣服、リネンを取り扱う際は、手袋とマスクをつけ、一般的な家庭用洗剤で洗濯し完全に乾かしてください。

ゴミは密閉して捨てましょう

- ◆鼻をかんだティッシュはすぐにビニール袋に入れ、室外に出すときは密閉して捨ててください。

緊急事態宣言解除はしたものの

◆「三密の場所に気をつけましょう」

——「三つの密みつ」で「三密（さんみつ）」——

〔密閉（みっぺい）された場所〕 ……窓やドアが開いていない、風通しの悪い場所

〔密集（みっしゅう）した場所〕 ……人がたくさん集まっている場所

〔密接（みっせつ）した場面〕 ……人と人との距離が近い場面

1人1人の意識の持ち方でコロナ感染予防に取り組んでいきましょう。
みんなで大切な人に感染させないよう予防対策に取り組んでいきましょう。

「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。
- ☐ 遊びにいくなら屋内より屋外を選ぶ。
- ☐ 会話をする際は、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は、症状がなくてもマスクを着用
- ☐ 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。
- ☐ 帰省や旅行はひかえめに。出張はやむを得ない場合に。
- ☐ 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。
- ☐ 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
- ☐ 身体的距離の確保 ☐ 「3密」の回避（密集、密接、密閉）
- ☐ 毎朝で体温測定、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

冠婚葬祭などの親族行事

- ☐ 多人数での会食は避けて
- ☐ 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 ☐ 名刺交換はオンライン ☐ 対面での打合せは換気とマスク

※ 業種ごとの感染拡大予防ガイドラインは、関係団体が別途作成

山形県の冷やし文化が変わってます

自販機に「冷やしマスク」 山形、狙いは「笑い」...売り上げ好調

「冷やしマスク」始めました。マイナス4℃に冷やした布マスクを販売する**自動販売機が山形市内**に登場し、話題を呼んでいる。**冷気は持続しない**が、山形県山辺町のニットメーカー「ニット・ワイズ」が「暗い世の中に笑いを届けたい」と思い立った。売り上げは1日約400枚と好調だ。

新型コロナウイルスの感染拡大で全国的にマスクが品薄となる中、同社は3月中旬から縫製技術を生かした布マスクを作り始め、のぼりを置いてPRした。



夏は冷たいシャンプーで頭も気分もすっきり



山形特産の果物のサクランボエキスを使用した、冷やしシャンプーです。ぜひ、皆さんも山形県内の冷やしシャンプーののぼりのあるところで試してみませんか？ 頭も気分もリフレッシュ

※今年度の山形県内のさくらんぼ狩りはコロナ影響の為、中止が大半です。お越しの際は要確認 **TEL 0237(86)1811 さくらんぼ会館**