

【県民や事業者の皆さまへのお願い】

「冬場を迎えるにあたって」の感染防止対策について

○気温と湿度が下がることの影響

- ・ ウイルスを含む飛沫が遠くまで飛びやすく、長く浮遊する。
- ・ 体外に出たウイルスが長時間生存すると言われている。
- ・ 暖房を入れるため、室内が「密閉」状態になりやすい。
- ・ のどの粘膜の防御機能が低下するため、感染しやすくなる。

→このため、以下のような取組を進め、冬場の流行を抑えましょう。

1. 基本的な感染防止対策の徹底

- ①入念な手洗いや咳エチケットの励行
- ②正しいマスクの着用（症状がなくても着用を）
- ③フィジカルディスタンスの確保など「3密」の回避
- ④新しい生活様式の実践
 - ・ 会食の際には、配席を工夫するなど、感染リスクを下げながら飲食を楽しみましょう。

2. 換気の実施

- ①換気扇の使用など「機械換気」による常時換気の実施
- ②「自然換気」の場合は、窓等を開けて換気を行いましょう。
 - ・ 室温の目安は 18℃以上

3. 適度な保湿

- ①加湿器の使用や洗濯物の部屋干し等による湿度の調整
 - ・ 湿度の目安は 40%以上