

新型コロナウイルス対策

3つの密を避ける マスク着用・丁寧な手洗い

春爛漫の季節を迎えながら、世界中で猛威を振るっている新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐため、私たちは暮らしの中で様々な注意をこらし、過ごして来ましたが、そして4月7日には「緊急事態宣言」が発令され、緊張感も一気に高まっています。この感染症対策についてはTV、新聞などの

政府や東京都は行政側からの要請として、「不要不急の外出の自粛」を打ち出しています。これは今回のコロナウイルス感染が、無症状のまま感染を拡大する危険性があるから、必要な処置と言えます。特に不特定多数との接触が避けられない場所（イベントなど）

新型コロナウイルスの集団発生防止にご協力をお願いします

3つの密を避けましょう!

- ①換気の悪い密閉空間
- ②多数が集まる密集場所
- ③間近で会話や発声をする密接場面

新型コロナウイルスへの対策として、クラスター(集団)の発生を防止することが重要です。日頃の生活の中で3つの「密」が重ならないよう工夫しましょう。

3つの条件がそろった場所がクラスター(集団)発生のリスクが高い!

※3つの条件のほか、共同で使う物品には消毒などを行ってください。

厚生労働省 | 東京都 | 東京都 新型コロナウイルス対策

「密閉空間」に居る。「密閉空間」自分の居る場所が「密閉空間」に当たると思っ



①換気の悪い「ムンムン」とした密閉された



②大勢の人が集まる「ギョウギョウウ」詰めの場所



③人間同士が真近に「ガヤガヤ」と会話する場所

「密閉空間」に居る。「密閉空間」自分の居る場所が「密閉空間」に当たると思っ

ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。
外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに手を洗います。

正しい手の洗い方

手洗いの前に、爪は短く切っておきましょう。時計や指輪は外しておきましょう。

- 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。
- 手の甲をのぼすようにこすります。
- 指先・爪の間を念入りにこすります。
- 指の間を洗います。
- 親指と手のひらをなじり洗います。
- 手首も忘れずに洗います。

かばら支部総会の扱い

新型コロナウイルスがいつ終息するか不透明のため、大勢が集まる総会は特別な扱いで取りやめ、19年度の報告と決算、新年度方針と予算を役員会に委嘱し次回総会に報告することに三役会議(4月8日)できめました。

一人一人の注意事項

● 他人と会う場合、外出前に体温を測り微熱がある場合は取り止めとするな

● バランスのとれた食事、適度な運動、睡眠を充分とり体調管理に注意しましょう。

報告 かばら支部役員会

への外出は控えるよう、お互い注意しましょう。また、絶対に避けたい3つの「密」状態があります。何度か耳にして馴染みになりましたが以下の3点です。

以上、3条件がそろった可能性が高まる、友の会の「集まり」諸行事などは感染拡大の公的な終息宣言が行われるまで、友の会かばら支部として当面、自粛させて頂きます。そのため毎年4月末に行っていた「友の会かばら支部総会」は中止して役員会に委嘱する処置をとらせていただきます。

● 不特定多数の人が集まる場所への訪問などは気をつけるにしても、限られた少数の友達、家族との交流などで運動不足にならないように注意しましょう。

● 咳エチケットを守り、こまめな手洗いの実施を心がけましょう。

● 自身の体調を良く観察した上で行動するようにしましょう。

