

教職員 各位

新型コロナウイルス感染症対策本部
本部長 安藤 国威

ゴールデンウィークにおける適切な感染防止対策の徹底について（通知）

ゴールデンウィークは、全国的に人の移動が増え、接触機会が増える時期です。

現在、長野県は新型コロナウイルス感染症の第 4 波に直面しており、医療提供体制への負荷が増大しつつあることから「医療警報」を発令しているところです。さらに、県内でも確認されている変異株は感染力が強く、感染した場合に重症化しやすい可能性があることと指摘されていることから、ゴールデンウィークを迎えるにあたり、新型コロナウイルス感染症に対する感染防止のための留意事項を下記のとおりお知らせします。

教職員の皆様におかれては、最大限の感染拡大の防止に向け、責任ある行動をお願いします。

記

I 感染拡大を防止するために

1 県外への訪問や帰省等の往来について

県外への訪問や帰省等の往来については、その必要性を勘案し、**慎重に対応**してください。特に感染拡大地域との往来については、出来るだけ控えるようお願いします。

※ 直近 1 週間の人口 10 万人あたりの新規陽性者数が 15.0 人を上回っている都道府県
(<https://www.pref.nagano.lg.jp/hoken-shippei/monitoring.html>)

2 会合・会食等について

会合・会食の際は、「3密」になりやすい場や、大人数（目安として 5 人以上）による実施、2 時間を超えるような長時間に及ぶ会食、マスクなしで近距離での会話、大声を出す行動等を控えるなど、感染リスクが高い行動を避けるように努めてください。

県が推奨する「信州版“新たな会食”のすゝめ」**感染防止の 3 つの基本**（別添参照）

1 人と人との距離の確保

- ・人と人との間は 1 m 以上空けるなど、相互に飛沫を避ける
- ・おしゃべりをするときは飛沫防止パネル越しか、出来るだけ真正面は避ける

2 マスクの着用

- ・会食前後のマスクの着用と咳エチケットの徹底
- ・会食中も状況に応じて適時マスクを活用

3 こまめな手洗い・手指消毒

- ・食事の前後は、手洗い・手指消毒を徹底
- ・消毒用アルコールを使った手指消毒が効果的

II 体調不良を感じた場合

1 かかりつけ医への相談

- (1) 日頃から健康観察を行い、風邪症状等がある場合は外出せず、ためらうことなく速やかにかかりつけ医等に相談・受診してください。年齢の高い方や基礎疾患のある方など、重症化リスクの高い方は特にご注意ください。
- (2) 無症状でも人に感染させる可能性があるため、10日以内に風邪症状等があった方は外出を控えるなど、人に感染させないための行動を徹底してください。
- (3) 発熱、咳などの風邪症状がみられる場合、特別休暇（通勤困難）を取得し、外出（ゴールデンウィーク後の出勤）は控えてください。

2 PCR検査対象者となった場合

濃厚接触者またはその疑いがあると保健所から連絡があった場合や、PCR検査の対象となった場合は、速やかに下記連絡先へ連絡するようお願いいたします。

なお、5月1日（土）から5月5日（水）まで大学休業期間となりますので、休日対応の連絡先へ連絡するようお願いいたします。

・ 教員の場合

平日(8:30~17:15)	休日・夜間(17:15~翌日 8:30)	
026-217-5081 (学務課教務係)	第1連絡先	第2連絡先(第1不通時)
	070-4918-0324 (学務課長公用携帯)	070-4918-0313 (教務係公用携帯)

・ 職員の場合

平日(8:30~17:15)	休日・夜間(17:15~翌日 8:30)	
直属の係長 ※ CSIはチーフキュレーター	第1連絡先	第2連絡先(第1不通時)
	直属の係長 ※左と同じ (緊急連絡網の番号)	課長(次長) (緊急連絡網の番号)

新型コロナウイルス感染症対策本部
総務・経営企画課 総務・財務係
(課長)杉田恵美子
(担当)牧野内 聖
電話 026-217-2240、2241
Mail sokei@u-nagano.ac.jp



信州の安心なお店応援キャンペーン

別添

信州版“新たな会食”のすゝめ

地域のお店での会食は、①職場の同僚や仲間とのコミュニケーションの場 ②家族のお祝いや思い出の場 ③地域コミュニティの絆を深める場 ④美味しい料理と心温まるサービスに癒されたり、ストレス発散できる場 など、私たちの社会生活や日常生活に潤いをもたらす不可欠なものです。

長野県では、すべての人に安心して飲食を楽しんでいただくため、会食の際に気をつけていただきたいことを「新たな会食」のすゝめにまとめました。お一人で利用される場合も、実践してみてください。

「新しい日常」にマッチした会食スタイルをすすめ、信州でがんばるお店を応援しましょう!

感染防止の3つの基本

1 人と人との距離の確保

- 人と人との間は1m以上空けるなど、相互に飛沫を避けよう
- おしゃべりするときは飛沫防止パネル越しか、できるだけ真正面は避けよう



2 マスクの着用

- 会食前後のマスクの着用と咳エチケットを徹底しよう
- 会食中も状況に応じて適時マスクを活用しよう



3 こまめな手洗い・手指消毒

- 食事の前後は、手洗い・手指消毒を徹底しよう
- 消毒用アルコールを使った手指の消毒が効果的



三密の回避

外出時は「密」を避けよう

- ① 換気の悪い **密** 閉空間
- ② みんなが集まる **密** 集場所
- ③ 近くで話す **密** 接場面



三密は集団感染のリスクが高くなります

— お役立ちサイト —



県新型コロナウイルス感染症対策総合サイト



「新型コロナ対策推進宣言」サイト



「信州のがんばるお店応援プロジェクト」サイト

食マエ ~準備は入念に~

- 開催時期や参加人数は適切に考えよう!
- 「新型コロナ対策推進宣言」など対策の取れている店を選ぼう!
- メンバーの体調や行動履歴(県外出張や感染者との接触など)を確認しよう!
不安な場合は参加しない、させない
- 長時間(概ね2時間超)の利用とならないよう、あらかじめ利用時間やメニューを、メンバーと決めておこう!
- 地域の感染状況や対策の内容を確認しておこう!

食ナカ ~感染予防をして楽しもう!~

- 入店時にメンバーの体調を改めて確認しよう!
- お店の安全対策や従業員の指示に従おう!
- 基本的な感染防止対策を守ろう!(手洗い、消毒など)
- 出来るだけ個室を選んだり、他のグループとの間隔をあけよう!
- 大声での会話や長時間(概ね2時間超)の利用は控えよう!
他のグループとの交流はやめよう!
- お酌や回し飲み、箸などの使いまわしはやめよう!

食アト ~フォローまでしっかりと~

- 帰宅後、手洗い、うがい、入浴、着替えをしよう!
- 1週間程度は、メンバー間で健康チェックをしよう!

食ナカの“会話”ポイント解説!

大切なことは、

飛沫を飛ばさない!

飛沫の範囲内に入らない! ことです。

- ① 飛沫防止パネル越しで!
(食事前に飛沫防止パネルがあるか確認してみよう)
- ② お相手の方と1m以上あけよう!
真正面を避けよう!
- ③ 困難な場合は、
「マスク会食」か「黙食」で!



“新たな会食”のすゝめ ポイント解説

飲食店における「人と人との距離の確保」について

食事の際にはマスクを外さざるを得ないため、感染拡大防止の観点から「会食時の対応」には細心の注意が必要です。

一方で、昨年来の会食控えにより、現在、飲食店等の経営状況は極めて厳しい状況にあります。

県では、適切に感染防止を行いながら安心して飲食店をご利用いただくため、「新たな会食」のすゝめを定め普及に努めています。

しかしながら、人と人との距離の確保方法については、①店舗の広さや経営形態、②会食するメンバーの状況、によって、適切な配席や必要な感染対策が違ってくるため、一歩踏み込んだルールが求められてきました。

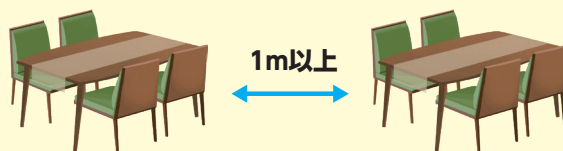
このたび、以下の基準(対策の目安)を定めましたので、これを参考に、お店の皆さん、利用者の皆さん双方のご協力により、状況に合わせて適切に距離を確保いただき、「新たな会食」の実践をお願いいたします!

1. 基本事項

- 飛沫を飛ばさない・飛沫の範囲内に入らない!
- ウイルスから目・鼻・口を守る!

2. 人と人との適切な距離を確保するために

(1) お店の皆さんへのお願い



- テーブル配置の工夫:** 異なるグループ間(テーブルの間隔など)は、1m以上の間隔を確保する。カウンター席では、カウンター内と利用者との距離を1m以上確保する。又は、カウンター内の従業員と利用者の間を飛沫防止シート等で区切る。
- 飛沫から守る工夫:** 同一グループ(テーブル)内でも飛沫防止パネルで適切にメンバー間を区切る。又は、1m以上の距離を空ける(真正面の配席を避ける誘導(席の間引き等))。
- マイクロ飛沫を防ぐ工夫:** こまめに換気する。

(2) 利用者の皆さんへのお願い

- ① 同居のご家族等(日頃から互いの体調や行動の内容が確認できる仲間)の皆さん及びお一人でのご利用
→ お店の案内に従ってご利用ください。なお、他のグループとの接触は避けてください。

② ①以外のグループでのご利用



- 間隔を確保する実践:** お店の配席に従い、他のグループと1m以上の間隔を維持する。他のグループとの接触を避ける。
- 飛沫を飛ばさない実践:** テーブル(カウンター)内の飛沫防止パネルを正しく使う。又は、1m以上の配席距離を空ける(真正面の着席を避けるなど)。どうしても以上が困難な場合には「マスク会食」^{*1}を行う。予約の際にテーブルを確認して、人数に応じた適切な配席を検討する。
- グループ内を守る実践:** 事前にメンバーの体調や過去の行動歴を確認して会食の実施を判断する。併せて、お店に対し、飛沫防止パネルの有無などを確認しておく。

③ 上記①及び②にかかわらず、特に、会話やカラオケを楽しむ場合(スナック、キャバレー等)

- 飛沫を飛ばさない実践:** 飲食物を口に運ぶとき以外は、常にマスクを着用する。

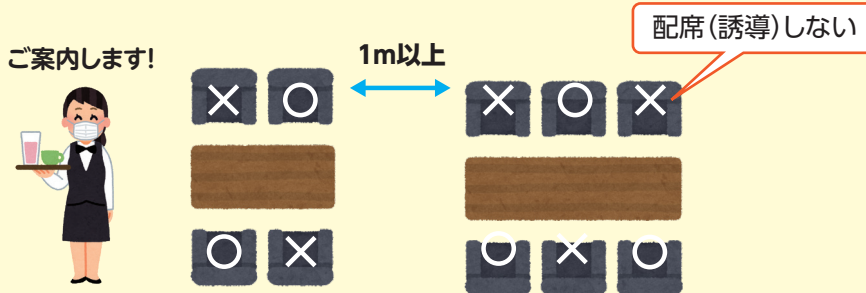
※1「マスク会食」: 飲食する時だけマスクを外し、会話の際にはマスクをつける会食の仕方

3. 店舗における配席(誘導)例

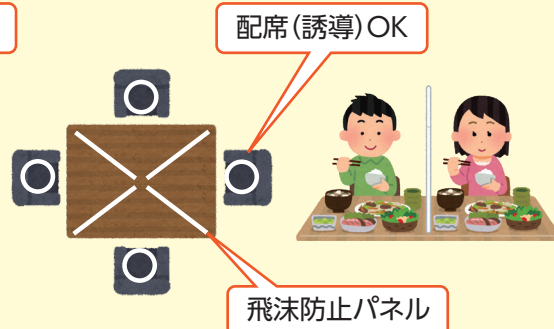
※表面2の(2)②「①以外のグループでのご利用」の場合

(1) テーブル(椅子)形式(食堂、焼き肉店、回転寿司、居酒屋、レストランなど)

① テーブル間隔・配席誘導例



② テーブル席の飛沫防止パネル設置例



(2) カウンター形式(ラーメン、寿司、焼き鳥、ショットバー、カラオケスナックなど)

① カウンター席の配席誘導例

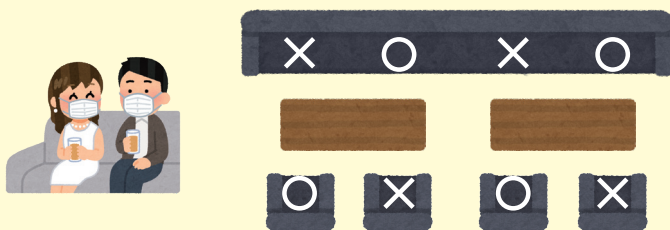


② 飛沫防止シート・パネルの設置例

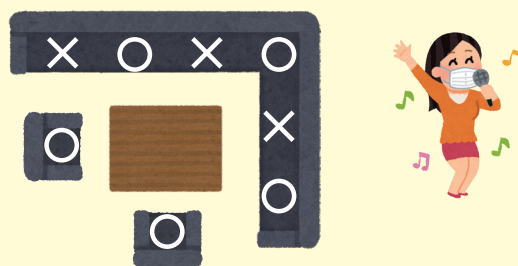


(3) ソファ・ベンチシート形式(ファミリーレストラン、カラオケスナック、バー、キャバレーなど)

① ベンチシート



② ボックスシート



座席数を考慮して、出来るだけ少人数で行きましょう!

4. 店舗面積が小さいなど、上記の対策が困難な場合の対策

【お店の皆さんへのお願い】

- 飛沫防止パネルの設置徹底
- 利用者の体温・体調の確認徹底
- 常時換気の徹底
- 短時間メニューなどの工夫

【利用者の皆さんへのお願い】

- 事前の体温・体調の確認徹底
- 飛沫防止パネルの正しい利用の励行
- 「マスク会食」※1又は「黙食」※2の励行
- 少人数での来店
- 短時間利用の励行

※1「マスク会食」: 飲食する時だけマスクを外し、会話の際にはマスクをつける会食の仕方

※2「黙食」: 飲食しながら会話することで飛沫を発生させないために、黙って食事をする