

オミクロン株（かぶ）に かからないように よく 気（き）をつけてください！

兵庫県（ひょうごけん）で ウイルスに かかる人（ひと）は 1週間（しゅうかん）に 平均（へいきん）5000人（にん）以上（いじょう）います。ウイルスが 広（ひろ）がるスピードは 少（すこ）しずつ 遅（おそ）くなっていますが、今（いま）も ウイルスが 広（ひろ）がっています。「オミクロン株（かぶ）」という 新（あた）らしいコ
ロナウイルスは 人（ひと）に うつりやすいからです。

とくに 学校（がっこう）、保育所（ほいくしょ）、高齢者施設（こうれいしゃ しせつ）、働（はたら）いている
場所（ばしょ）で ウイルスに かかる人（ひと）が 多（おお）いです。病院（びょういん）や 医者（いしゃ）が
足（た）りなくなるかもしれません。働（はたら）くことができる人（ひと）が 減（へ）って、みなさんの生活（せ
いかつ）が 変（か）わってしまうかもしれません。ウイルスが 広（ひろ）がるのを 止（と）めなければ なりま
せん。オミクロン株（かぶ）に かからないように よく 気（き）をつけてください。

【オミクロン株（かぶ）の特徴（とくちょう）】

- ・ 飛沫（ひまつ）から ウイルスに かかることや、新（あた）らしい空気（くうき）が 入（はい）らない部屋（へや）で
ウイルスに かかることが 多（おお）いです。
- ・ 子（こ）どもが ウイルスに かかりやすいです。学校（がっこう）で 子（こ）どもが ウイルスにかかって、家（いえ）で
ウイルスが 広（ひろ）がるのが 多（おお）いです。
- ・ 65歳（さい）以上（いじょう）の人（ひと）で 病（びょう）気（き）がある人（ひと）が、ウイルスに かかって 病（びょう）
気（き）が 悪（わる）くなる場合があります。

1. ウイルスに かからないように 気(き)をつけてください

- ときどき 部屋(へや)に 新(あた)らしい空気(くうき)を 入(い)れてください。マスクを してください。
よく 手(て)を 洗(あら)って 消毒(しょうどく)してください。
新(あた)らしい空気(くうき)が 入(はい)らない場所(ばしょ)に 行(い)かないでください。
人(ひと)が 多(おお)い場所(ばしょ)に 行(い)かないでください。
人(ひと)と 近(ちか)くて 話(はな)さないでください。
ウイルスに かからないように、毎日(まいにち)の生活(せいかつ)の中(なか)で よく 気(き)をつけてください。
- 人(ひと)と ごはんを 食(た)べるとき、少(すく)ない人数(にんずう)で 食(た)べてください。
できるだけ 話(はな)さないで 食(た)べてください。話(はな)すとき かならず マスクを してください。
不織布(ふしょくふ)マスクが おすすめです。
- 人(ひと)に 物(もの)を 借(か)りたり いっしょに 物(もの)を 使(つか)ったり しないでください。
飛沫(ひまつ)が ついているかもしれません。人(ひと)と いっしょに 使(つか)う物(もの)は 使(つか)う前(まえ)と 使(つか)った後(あと)に かならず 消毒(しょうどく)してください。
- 家(いえ)でも よく 手(て)を 洗(あら)って 消毒(しょうどく)してください。
部屋(へや)に 新(あた)らしい空気(くうき)を 入(い)れてください。
家族(かぞく)の 体(からだ)の具合(ぐあい)に 気(き)をつけてください。
子(こ)どもが ウイルスに かからないように よく 気(き)をつけてください。

2. ウイルスに かかりやすいことを しないでください

- ・ 人(ひと)が 多(おお)い場所(ばしょ)に できるだけ 行(い)かないでください。
人(ひと)が 多(おお)い時間(じかん)に 外(そと)に 行(い)かないでください。
少(すく)ない人数(にんずう)で 行動(こうどう)してください。
- ・ とくに 65歳(さい)以上(いじょう)の人(ひと)や 病気(びょうき)が ある人(ひと)は ウイルスに
かかりやすい行動(こうどう)を 少(すく)なくしてください。
人(ひと)と 会(あ)うとき、少(すく)ない人数(にんずう)で 会(あ)ってください。
- ・ たくさんの人(ひと)が 来(く)る施設(しせつ)は ウイルスが 広(ひろ)がらないように よく 気(き)を
つけてください。
お客(きゃく)さんが 多(おお)く なりすぎないように してください。
お客(きゃく)さんが マスクを するように 注意(ちゅうい)してください。
飛沫感染(ひまつ かんせん)を しないように 対策(たいさく)を してください。
- ・ 熱(ねつ)が あるときや 体(からだ)の具合(ぐあい)が 悪(わる)いとき、できるだけ 外(そと)に
行(い)かないでください。

3. ワクチンを 注射(ちゅうしゃ)してください

- ・ 3回目(かいめ)のワクチンを 注射(ちゅうしゃ)してください。
ワクチンを 注射(ちゅうしゃ)したあとも、ウイルスに かからないように 気(き)をつけてください。

クラスターが起(お)こらないようにするために

※「クラスター」同(おな)じ場所(ばしょ)で たくさんの方が ウイルスに かかること

学校(がっこう)
など

- 下(した)のような ウイルスに かかりやすい活動(かつどう)は できるだけ しないで ください。

れい

- ・ 教室(きょうしつ)で 人(ひと)と 近(ちか)くなって 合唱(がっしょう)すること
- ・ 教室(きょうしつ)で 人(ひと)と 近(ちか)くなって リコーダーなどの 管楽器(かんがっき)を 演奏(えんそう)すること
- ・ 体育(たいいく)で たくさんの人(ひと)が 近(ちか)くに 集(あつ)まって 運動(うんどう)すること

- 体育(たいいく)の授業中(じゅぎょうちゅう)、運動(うんどう)を していないときは できるだけ マスクを してください。
- 部活動(ぶかつどう)について、他(ほか)の学校(がっこう)との 練習試合(れんしゅうじあい)や 合宿(がっしゅく)などを できるだけ しないでください。公式試合(こうしきじあい)は 参加(さんか)しても いいです。
- 子(こ)どもの年齢(ねんれい)などに 合(あ)わせて、学校(がっこう)に 来(く)る時間(じかん)を 変(か)えたり オンライン授業(じゅぎょう)を したり してください。

クラスターが起(お)こらないようにするために

※「クラスター」同(おな)じ場所(ばしょ)で たくさんの方が ウイルスに かかること

保育所(ほいくしょ)

認定(にんてい)
こども園(えん)

放課後(ほうかご)
児童(じどう)クラブ
など

- スタッフや 親(おや)は かならず マスクを してください。
マスクを することが できる子(こ)どもは スタッフと親(おや)が よく 気(き)をつけながら 今(いま)は できるだけ マスクを してください。

※2歳(さい)より 下(した)の 子(こ)どもは マスクを しないほうがいいです。もし 0歳(さい)から 2歳(さい)の子(こ)どもが マスクを するときは、体(からだ)の 具合(ぐあい)に とくに よく 気(き)をつけてください。

※子(こ)どもの 体(からだ)の 具合(ぐあい)が 悪(わる)いときや、マスクを 長(なが)い時間(じかん) することが できない子(こ)どもは、がんばって マスクを しなくても いいです。

- ウイルスに かかりやすい活動(かつどう)を しないでください。人数(にんずう)が 少(すく)ないグループに するなど、ウイルスが 広(ひろ)がらないように してください。

- 遊具(ゆうぐ)やおもちゃを みんなで 使(つか)うときは 消毒(しょうどく)してください。

- たくさん 人(ひと)が 集(あつま)る行事(ぎょうじ)は できるだけ しないでください。
親(おや)が 来(く)る行事(ぎょうじ)は 中止(ちゅうし)か 延期(えんき)してください。

- 手(て)を よく 洗(あら)ってください。できるだけ 向(む)かい合(あ)って 座(すわ)らないように してください。

- スタッフが ウイルスに かかったかもしれないときは、早(はや)く 仕事(しごと)に 戻(も)どることが できるように 検査(けんさ)を してください。

クラスターが起(お)こらないようにするために

※「クラスター」同(おな)じ場所(ばしょ)で たくさんの人が ウイルスに かかること

高齢者施設
(こうれいしゃしせつ)
など

- 兵庫県(ひょうごけん)は 介護施設(かいご しせつ)のための 感染予防(かんせん よぼう)ポスターや チェックリストを 作(つく)りました。
ポスターや チェックリストを 見(み)て、ウイルスが 広(ひろ)がらないように 気(き)をつけてください。
または 国(くに)の「介護現場(かいご げんば)における 感染対策(かんせん たいさく)の手引(てびき)」を 見(み)てください。
- 感染管理認定看護師(かんせん かんりにんてい かんごし)の派遣(はけん)など、
ウイルスが 広(ひろ)がらないための 取組(とりくみ)をしてください。
- スタッフや 施設(しせつ)を 利用(りよう)する人(ひと)の 体(からだ)の具合(ぐあい)に 毎日(まいにち)よく 気(き)をつけてください。
何回(なんかい)も 検査(けんさ)を 受(う)けてください。

店(みせ)
施設(しせつ)
会社(かいしゃ)
など

- できるだけ 家(いえ)で 仕事(しごと)をしてください。仕事(しごと)で 会社(かいしゃ)に 来(く)る人(ひと)を 少(すく)なくしてください。
テレワーク(在宅勤務 ざいたく きんむ)を 早(はや)めに 始(はじめ)めてください。
- 仕事(しごと)のために ウイルスが 広(ひろ)がっている地域(ちいき)に 行(い)くときは、
マスクを したりして、ウイルスに かからないように よく 気(き)をつけてください。
- ウイルスが 広(ひろ)がっているときも 仕事(しごと)を 続(つづ)けなければならない店(みせ)、施設(しせつ)、会社(かいしゃ)は、BCP(業務継続計画 ぎょうむ けいぞく けいかく)を 確認(かくにん)してください。とくに たいせつな仕事(しごと)を 決(き)めたり、必要(ひつよう)な物(もの)が 無(な)くならないように、早(はや)めに 買(か)ったり しててください。仕事(しごと)を 続(つづ)けることができるように、準備(じゅんび)してください。