

# 群馬県「社会経済活動再開に向けたガイドライン（改訂版）」に基づく要請について（2月11日（土）以降）

## 1 要請を開始する日

令和5年2月11日（土）

〔要請期間：2月11日（土）0時～2月24日（金）24時〕

## 2 要請する区域

群馬県内全域

## 3 ガイドライン警戒レベル

警戒レベル「2」：35市町村

【参考】ガイドラインにおける「各警戒レベルにおいて想定される要請」

各警戒レベルにおいて想定される要請					
警戒レベル	県民	イベント	事業者	【参考】 県立学校	
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 感染防止対策の徹底</li> <li>➢ 新しい生活様式の実践</li> <li>➢ ワクチン接種の推奨</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 感染防止対策を徹底の上、人数制限を行い開催 ※</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;">                     感染防止安全計画の策定                      又は                      チェックリストの策定・公表                 </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 感染防止対策の徹底</li> <li>➢ 業種別ガイドラインの遵守</li> <li>➢ ストップコロナ対策認定店制度への登録推奨</li> <li>➢ テレワーク、時差出勤の推奨</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 感染防止対策の徹底</li> </ul> <p style="text-align: center;">（必要な範囲で学級閉鎖等）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 部活動は、可能な限り通常活動（必要な範囲で一部制限や休止等）</li> </ul>	
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 感染リスクの高い場所への外出は十分注意</li> <li>➢ 県外移動は十分注意</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ テレワーク、時差出勤を強く推奨</li> <li>➢ 高齢者施設や病院等での直接面会は十分注意</li> </ul>		
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 感染リスクの高い場所への外出・移動自粛 ※</li> <li>➢ 県外移動は自粛 ※</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 営業時間短縮、5人以上の会食回避 ※</li> <li>➢ 酒類提供の制限 ※</li> <li>➢ 高齢者施設や病院等での直接面会の制限</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 部活動は、状況に応じて全県で一部制限や休止等</li> </ul>
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 5人以上の会食回避 ※</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ イベントの中止・延期</li> <li>➢ 休業や施設の使用停止</li> <li>➢ 酒類・カラオケ設備提供の制限 ※</li> </ul>		

注1 一般医療の状況や国の基本的対処方針に基づき、部分的に上位レベルの要請を行う場合がある  
 注2 各警戒レベルにおいて想定される要請内容の例示であり、実際の要請内容と異なる場合がある  
 ※ワクチン・検査パッケージ又は対象者全員検査の適用により、実際の要請内容が緩和される場合がある

※具体的には4以降の要請をご確認ください。

## 4 県民の皆様への要請

以下の事項について協力を要請します。

### (1) 外出・県外移動について

- ・ 3つの密となるような感染リスクの高い店舗や場所の利用は、十分注意してください。
- ・ 県外への移動は、十分注意してください。
- ・ 外出の際は「(3) 「新しい生活様式」等の実践について」に掲げる事項を厳守してください。  
(基本的な感染対策の徹底、3つの「密」の回避、換気の実施と適度な保湿)

### (2) イベント開催について【法第24条第9項】

- ・ 参加人数が 5,000 人超かつ収容率 50%超のイベントの開催を予定する場合には、そのイベントの感染防止策等について県に感染防止安全計画を提出してください。  
なお、参加人数が 5,000 人超かつ収容率 50%超に該当しないイベントを主催される際には県 HP にて公開している感染防止対策等についてのチェックリストに必要事項記入の上、イベント HP 等で公開してください。
- ・ イベントの開催にあたってはイベント開催等における必要な感染防止策の徹底と業種別ガイドラインの遵守をお願いします。

[必要な対策と人数上限、収容率の区分]

区分	必要な対策	人数上限 (※1)	収容率 (※2)
参加人数が 5,000 人超かつ収容率 50%超のイベントを開催する場合	「感染防止安全計画」を策定し、県へ提出	収容定員まで	100%
上記に該当しないイベントを開催する場合	「感染防止策チェックリスト」を作成し、HP 等で公開	5,000 人又は収容定員 50%以内のいずれか大きいほう	100%

※ 人数上限(※1)と収容率100%(※2)のときの人数を比較して小さいほうを上限とする。

### (3)「新しい生活様式」等の実践について

- ・「人と人との距離の確保」「マスクの着用」「手洗いによる手指衛生」をはじめとした基本的な感染対策の徹底をお願いします。
- ・政府専門家会議で示された「新しい生活様式の実践例」、及び新型コロナウイルス感染症対策分科会で示された「感染リスクが高まる「5つの場面」」を参考に、3つの「密」状態を回避するとともに、日々の生活を見直し、新たな感染防止策を実践してください。特に場面に応じたマスクの着脱、換気の実施をお願いします。

### (4)その他

- ・新型コロナワクチンには、感染・発症を予防する効果や、重症化を予防する効果があるため、ワクチン接種を積極的に検討してください。
- ・変異株に対しても基本的な感染防止対策（マスク・手洗い・換気など）が重要であり、更なる徹底をしてください。
- ・カラオケで歌唱する際はマスクの着用や他の利用者と十分な間隔を空け、機器の消毒を徹底してください。
- ・大人数・長時間での会食、飲み会は感染リスクが高まることから慎重に判断してください。
- ・大学等におけるクラブ活動での感染防止策の徹底をお願いします。
- ・会食などで飲食店などを利用する場合は、座席間隔の確保や換気などの3密予防、従業員や利用者の手指消毒といった感染防止策に積極的に取り組んでいる店舗を利用してください。
- ・LINE「新型コロナ対策パーソナルサポート」を積極的に活用してください。

## 5 事業者の皆様への要請

以下の事項について協力を要請します。

### (1) 感染防止対策の徹底について

- ・業種別ガイドラインの遵守をお願いします。【法第24条第9項】
- ・すべての事業者において、別表で掲げる感染防止対策例や、業界団体等で作成した感染拡大予防ガイドライン等を踏まえながら、適切な感染防止対策の徹底をお願いします。また、感染防止対策をホームページやSNS、店頭での掲示などにより利用者に明示してください。
- ・県独自の「ストップコロナ！対策認定制度」への申請・登録を積極的に進めてください。
- ・業界団体等においては、業種や施設の種別ごとのガイドラインを作成し、所属

事業者や関係事業者へガイドラインに沿った感染防止対策の徹底を促すようお願いいたします。

※1 政府が公表している「業種別ガイドライン」や、本県が示す「各業界・施設毎の感染症対策ガイドライン作成例」を参考としてください。

※2 業界団体からガイドラインが示されていない業種の事業者や、業界団体等が存在しない業種の事業者についても、上記のガイドラインを参考として、適切な感染防止対策の徹底をお願いいたします。

- ・高齢者施設や病院等での直接面会については、面会者の健康状態を確認するとともに、感染防止対策をとり、長時間とならないようにするなど十分注意してください。また、従事者への適切な感染防止対策の徹底をお願いいたします。

## (2) 勤務形態等について

- ・「新しい生活様式の実践例」を参考に、テレワークやローテーション勤務、時差通勤、オンライン会議の開催など、人との接触を減らすための取組を更に実践してください。
- ・「感染リスクが高まる「5つの場面」」等を避ける行動を徹底するよう、実践例も活用してください。特に職場での「居場所の切り替わり」（休憩室、更衣室、喫煙室等）に注意してください。

## (3) その他

- ・従業員などが体調不良を訴えた場合には、休暇の取得を促し、併せて、速やかな医療機関への受診を促してください。
- ・従業員に対し、会食などで飲食店などを利用する場合は、感染防止ガイドラインなどに基づいて感染防止策を講じているなどの店舗を利用するよう促してください。
- ・LINE「新型コロナ対策パーソナルサポート」を、従業員やお客様に対して積極的に活用するよう促してください。
- ・感染の恐れのある者を特定できない場合には、まん延を防止する観点から、施設名を自ら公表して利用者に検査や受診を呼びかけること等に協力してください。

## 【別表：適切な感染防止対策例】

※以下に掲げる対策例以外にも、それぞれの施設の状況や営業の形態等に応じ、適切な感染防止のための対策を実践してください。

(別表) 適切な感染防止対策例	
<b>発熱者等の施設への入場防止</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 来訪者、従業員の検温・体調確認を行い、発熱等の症状がある者や体調不良の者の入場制限（来訪者）、出勤停止（従業員）</li> <li>・ 発熱等の症状がある者は、イベントの参加や施設の利用を控える</li> </ul>
<b>3つの「密」（密閉・密集・密接）の防止</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 店舗利用者の入場制限、滞在時間の制限を設ける</li> <li>・ 十分な座席間隔（四方を開けた席配置等）を確保する</li> <li>・ 入退出時、休憩場所、集合場所等での3密の環境を避ける</li> <li>・ 換気を行う（可能であれば2つの方向の窓を同時に開ける）</li> <li>・ 密集する会議の中止（対面による会議を避け、テレビ会議等を利用）</li> </ul>
<b>飛沫感染、接触感染の防止</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 来訪者、従業員の場合に応じたマスク着用（熱中症等対策が必要な場合を除く）、手指の消毒、咳エチケット、手洗いの励行</li> <li>・ 対面機会の削減（または、アクリル板等の設置）</li> <li>・ 店舗・事務所内の定期的な消毒、キャッシュレスの利用</li> </ul>
<b>移動時の感染防止</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 時差出勤、自家用車・自転車・徒歩出勤の推進</li> <li>・ 従業員数の出勤数の制限（テレワーク等による在宅勤務の実施等）</li> <li>・ 出張の中止（テレビ会議などを活用）、来訪者数の制限</li> <li>・ イベント参加（開催）に当たっては、移動中や移動先での感染防止のための行動を取る（よう呼びかける） ※イベントスタッフにも同様に呼びかける</li> </ul>



# 「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。
  - 会話をする際は、可能な限り**真正面を避ける**。
  - 外出時や屋内でも会話をするとき、**人との間隔が十分とれない場合は、症状がなくてもマスクを着用する**。ただし、**夏場は、熱中症に十分注意**する。
  - 家に帰ったらまず**手や顔を洗う**。  
人混みの多い場所に行った後は、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。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。接触確認アプリの活用も。
- 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な生活様式

- 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（エアコン併用で室温を28℃以下に）  身体的距離の確保
- 「**3密**」の回避（**密集、密接、密閉**）
- 一人ひとりの健康状態に応じた運動や食事、禁煙等、適切な生活習慣の理解・実行
- 毎朝の体温測定、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

### 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

### 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、十分に人との間隔をもしく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

### 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

### イベント等への参加

- 接触確認アプリの活用を
- 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  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

# 感染リスクが高まる「5つの場面」

## 場面① 飲酒を伴う懇親会等

- 飲酒の影響で気分が高揚すると同時に注意力が低下する。また、聴覚が鈍麻し、大きな声になりやすい。
- 特に敷居などで区切られている狭い空間に、長時間、大人数が滞在すると、感染リスクが高まる。
- また、回し飲みや箸などの共用が感染のリスクを高める。



## 場面② 大人数や長時間におよぶ飲食

- 長時間におよぶ飲食、接待を伴う飲食、深夜のはしご酒では、短時間の食事に比べて、感染リスクが高まる。
- 大人数、例えば5人以上の飲食では、大声になり飛沫が飛びやすくなるため、感染リスクが高まる。



## 場面③ マスクなしでの会話

- マスクなしに近距離で会話をすることで、飛沫感染やマイクロ飛沫感染での感染リスクが高まる。
- マスクなしでの感染例としては、昼カラオケなどでの事例が確認されている。
- 車やバスで移動する際の車中でも注意が必要。



## 場面④ 狭い空間での共同生活

- 狭い空間での共同生活は、長時間にわたり閉鎖空間が共有されるため、感染リスクが高まる。
- 寮の部屋やトイレなどの共用部分での感染が疑われる事例が報告されている。



## 場面⑤ 居場所の切り替わり

- 仕事での休憩時間に入った時など、居場所が切り替わると、気の緩みや環境の変化により、感染リスクが高まることもある。
- 休憩室、喫煙所、更衣室での感染が疑われる事例が確認されている。





## 効果的な換気のポイント

第17回新型コロナウイルス  
感染症対策分科会提言

### 1. 効果的な換気（必要な換気量の確保と空気の流れの配慮）

#### 1-1 必要な換気量の確保は感染対策の基本（必要な換気量の確保）

○機械換気による常時換気を。**定期的な機械換気装置の確認やフィルタ清掃等も重要。**

機械換気は強制的に換気を行うもので、2003年7月以降は住宅にも設置。**通常のアエアコンには換気機能がないことに留意**

○機械換気が設置されていない場合、窓開け換気を行う。

2方向を窓開けると換気効果が大きい。外気条件を考慮し室内環境に配慮して換気方法を選択。室内環境の目安は、温度18℃～28℃、相対湿度40%～70%が望ましい。

○必要な換気量（一人当たり換気量30m<sup>3</sup>/時を目安）を確保するため、二酸化炭素濃度を**概ね1,000ppm以下に維持**（※1）

必要換気量を満たしているかを確認する方法として、**二酸化炭素濃度測定器（CO<sub>2</sub>センサー）の活用が効果的。**

（※1）二酸化炭素濃度1,000ppm以下については目安であり、適切な換気や気流となっていることが重要。

○必要な換気量を確保できない場合、換気扇、扇風機、サーキュレータのほか、HEPAフィルタ付きの空気清浄機（※2）の使用も考えられる。

（※2）高性能微粒子（HEPA）フィルタ付空気清浄機：空気中に浮遊する0.3μmの微粒子の99.97%以上を除去することが可能。空気清浄機は二酸化炭素濃度を下げることができないことに留意。

#### 1-2 感染を防ぐための空気の流れの作り方（空気の流れの配慮）

○十分な外気の取り入れ・排気とあわせ、空気の流れにより局所的に生じる空気よどみを解消。

エアロゾルの発生が多いエリアから排気して、反対側から外気を取り入れると、浮遊するエアロゾルを効果的に削減することが出来る。

○空気の流れを阻害しないパーティションの設置

空気の流れを阻害する高いパーティションや天井からのカーテンなどは空気の流れに対して平行に配置し、空気の通り道を設ける。

目を覆う程度の高さのパーティションは、横の人との距離を1m程度以上確保できる場合は、3方向を塞がないようにする。

（※）ビル管理法の特定建築物に該当する事業所等については、同法に基づく対応を行う。