

吉野コスモス会にかかわる皆さんへ
「うつらない」「うつさない」ための注意のお願い

奈良県では10月下旬以降、感染者が再び増加傾向にあり、12月には過去最高となる39名の感染者の発生が確認されました。12月の感染者数は日平均26人と非常に高い数値が続いています。

あらためて皆さん一人ひとりが「うつらない」「うつさない」ことによる、感染拡大防止に向けた取り組みにご協力をお願いします。

①日中活動先(ういる工房、壱陽館、のどか、デイケア、就労先など)で「うつらない」ための注意

- 毎朝体温を計り、健康チェック
- 体調が悪い場合は自宅で休む
- 日中活動中に体調が悪くなった場合は無理せず帰宅
- 手洗い、手指消毒をすみずみまで
- 人との間隔を最低1m空ける
- マスクを着ける
- 会話は真正面を避ける



②買い物で「うつらない」ための注意

- 1人または少人数ですいた時間に
- マスクを着ける
- 現金の直接の手渡しを避ける
- 計画をたてて素早く済ます
- サンプルなど展示品を触るのは控えめに
- レジに並ぶときは、前後にスペース
- こまめな手洗いや手指消毒



③飲食店で「うつらない」ための注意

- たくさんの方が集まる食事会に行かない
- 感染防止対策を実施しているお店を選ぶ
(消毒薬が置かれている、店員のマスク、客席が仕切られているなどの感染防止ガイドライン)
- 大皿は避けて、料理はひとりずつ注文
- 対面は避けて、横並び、一つ飛ばし、互い違いに座る
- 料理に集中して、おしゃべりは控えめに
- 食事が済んだらマスクを着ける



④帰宅後に「うつさない」ための注意

- 家に帰ったらすぐに手や顔を洗う
- できるだけすぐに着替え、シャワー
- こまめに洗濯
- 家の中でも咳やくしゃみをするときはハンカチなどで口や鼻をおさえる
- 手で触る共有部分を定期的に消毒
- タオルは、トイレ・洗面所・キッチンなどで共有しない

