



新 型 コ ロ ナ
ウ イ ル ス
感 染 症 対 策
特 集 号

奥多摩町役場 〒198-0212 奥多摩町水川 215-6 ☎0428-83-2111 FAX0428-83-2344 <http://www.town.okutama.tokyo.jp/>

新型コロナウイルス感染症対策について

現在、世界中で感染が拡大している「新型コロナウイルス感染症」について、4月7日に国より緊急事態宣言が発令され、東京都を含む7都府県が対象の地域となりました。

これを受けて東京都から「緊急事態措置」が行われ、徹底的な外出自粛、密閉・密集・密接の3つの「密」を避ける行動、施設利用・イベントの制限などの要請が行われました。

東京都緊急事態措置について

〔期 間〕 令和2年5月6日（水）まで

〔実施内容〕

（1）都民の方に対する徹底した外出自粛の要請（4月8日（水）～5月6日（水））

- ・通院、食料の買い出しなど、生活の維持に必要な場合を除き原則として外出しないでください。
- ・公共交通機関の運休などの要請は行いませんが、帰省などの移動は控えてください。
- ・テレワークを活用するなど、可能な限り在宅勤務をお願いします。

（2）施設の使用停止および催物の開催の停止要請（4月11日（土）～5月6日（水））

種 別	施 設 例	要 請 内 容
基本的に休止を要請する施設	遊興施設、大学、学習塾、一部商業施設等	施設の使用停止および催物の開催の停止要請
施設の種別によって休業を要請する施設	学校（大学等を除く）	原則として施設の使用停止および催物の開催の停止要請
	保育所、学童クラブ、社会福祉施設等	必要な保育等を確保したうえで、適切な対応について協力を依頼
社会生活を維持するうえで必要な施設	医療施設、生活必需品販売施設、食事提供施設、宿泊施設、交通機関、金融機関等	適切な感染防止対策の協力要請（営業時間短縮の協力要請（食事提供施設））

※対象となる施設、東京都緊急事態措置について詳しくは、東京都防災ホームページでご確認ください。

(<https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/index.html>)

相談窓口・コールセンター

◎緊急事態措置相談センター ☎03（5388）0567

東京都では、都民みなさんや事業者の疑問や不安に対応するためのコールセンターを設置しました。

〔開設時間〕 午前9時～午後7時（5月6日（水）までの土日祝日を含む毎日）

◎新型コロナ受診相談窓口 ☎03（5320）4592

◎西多摩保健所 ☎0428（22）6141

*お掛け間違いにご注意ください。

感染の予防、検査、医療に関することや、心配な症状が出た時の対応などについてご相談ください。

つぎのような症状がある方は、外出（出勤）せずに自宅で経過を観察しましょう。

また、4日以上（高齢者・基礎疾患のある方は2日以上）続く方はご相談ください。

- ・37.5℃以上の発熱、風邪のような症状、倦怠感がある
- ・風邪のような症状がなくても、味覚や嗅覚に異常を感じたとき

〔対応時間〕 相談窓口:24時間対応（土日祝日・平日の夜間）／西多摩保健所:午前9時～午後5時（平日）

奥多摩町の対応について

◎**新型コロナウイルス感染症対策本部設置**（4月7日午前9時設置）事務局（総務課内）☎ 83-2349
緊急事態宣言期間中（5月6日（水）まで土日祝日含む毎日）午前8時30分から午後5時15分

◎**町施設の臨時休館および町主催のイベント延期・中止**

5月6日（水）まで、不特定多数の方が集まる施設は臨時休館を延長、町主催のイベントなどは中止または延期とします。

◎**ラジオ体操の実施**（3ページ参照）

◎**小学校・中学校臨時休校への対応**

- （1）学校施設開放①…共働き家庭などで保護者が不在となり一人で留守番できない児童（小学生）を学校でお預かりします。
- （2）学校施設開放②…毎週1日、全員が登校してよい日を設け、課題の配布、回収を行います。
- （3）お弁当配布…昼食の確保が困難な児童・生徒に対して、給食センターで調理したお弁当を無償で配布します。
- （4）在宅学習支援①…中学生全員に配布しているタブレットを活用し、教員が毎日生徒の状況を確認して課題の提供と回収を行います。
- （5）在宅学習支援②…小学校では、家庭でできるオンライン学習サイトなどを紹介し、児童に取り組んでいただいています。

◎**役場職員の交代制勤務**（4月8日（水）から5月6日（水）まで）

感染発生時の職員への感染防止、職員全員が自宅待機とならないよう、テレワーク・交代勤務制を導入し、役場（本庁・出先機関）の業務機能維持に努めています。また、職員一人ひとりが健康状態をチェックし勤務しています。



感染症対策 へのご協力をお願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

①手洗い 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

- 1 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。
- 2 手の甲をのばすようにこすります。
- 3 指先・爪の間を念入りにこすります。
- 4 指の間を洗います。
- 5 親指と手のひらをねじり洗います。
- 6 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

②咳エチケット 3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まるところでやるう

- 1 マスクを着用する（口・鼻を覆う）
- 2 ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う
- 3 袖で口・鼻を覆う

何もせずに咳やくしゃみをする

正しいマスクの着用

- 1 鼻と口の両方を確実に覆う
- 2 ゴムひもを耳にかける
- 3 隙間がないよう鼻まで覆う

咳やくしゃみを手でおさえる

首相官邸 Prime Minister's Office of Japan

厚生労働省 Ministry of Health, Labour and Welfare

■ 詳しい情報はこちら

厚労省

検索

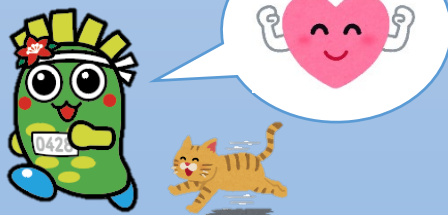


免疫力(体を守る力)を高め、**動×食×衛×笑**
ウイルス等の感染症に負けない体づくりをしましょう！

【運動】

⇒町独自で毎日午前10時に実施している「ラジオ体操」の活用

⇒ウォーキング 等

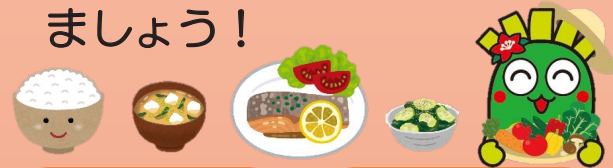


適度に体を動かすことで、交感神経が活性化され、前向きな思考になり、心身ともにリフレッシュできるといわれています。

また、体を動かし、体温を上げることで、代謝が高まり、免疫力がUPします！

【食事】

⇒3食しっかり食べる
⇒主食・主菜・副菜等、バランスのよい食事を心がけましょう！



ビタミンA

のどや鼻等の粘膜を正常に保つ。

(レバー、にんじん、春菊、かぼちゃ 等)



ビタミンC

白血球の働きを強化し、免疫力がUPする。

(菜の花、キウイフルーツ、じゃがいも、オレンジ等)



【消毒】

⇒物に付着したウイルスはしばらく生存します！市販の家庭用塩素系漂白剤（次亜塩素酸ナトリウムが主成分のハイターやブリーチ等）で拭いた後、水拭きしましょう。

原液濃度6%表記の場合(希釈；0.05%)…

2ℓの水  + 塩素系漂白剤約 17ml 
(ペットボトルのキャップ約3〜4杯)

※手の消毒には、消毒用エタノール等をご使用ください。

※製品に記載されている「使用上の注意」をよくお読みいただき、用途に応じ、製品に記載されている用量に希釈してご使用ください。新型コロナウイルス対策には、次亜塩素酸ナトリウムを0.05%濃度に希釈することが推奨されています。

【笑顔】

⇒家族や友人と電話で話す
⇒自宅できる趣味活動の実施 等



「笑い」によって、免疫細胞の働きが活発になります。免疫細胞は、体の中へと侵入してきたウイルスを攻撃し、感染症などを防ぐ最前線の部隊です。免疫細胞が活性化することで、感染症などの疾病を未然に防ぐことができますようになります。

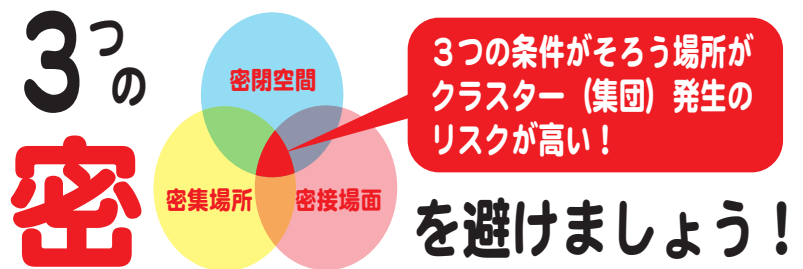
※詳細な消毒方法については、町ホームページに掲載しておりますので、ご参照ください。

参考・引用文献：厚生労働省HP「新型コロナウイルス感染症について」 等

奥多摩町役場 福祉保健課 ☎83-2777

新型コロナウイルス感染症の情報、国・東京都の対策については、日々情報が更新されますので、テレビや新聞、インターネットでご確認ください。

町といたしましても、国・東京都の動向を注視し、町ホームページや防災行政無線での情報発信に努めます。



新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐために

現在、世界中で感染が拡大している「新型コロナウイルス感染症」につきまして、4月7日に国から緊急事態宣言が発令され、東京都を含む7都府県が対象地域に指定されました。

これを受け、東京都知事から緊急事態措置が行われましたが、この内容は、都民皆さんへの徹底的な外出自粛、密閉・密集・密接の3つの「密」を避ける行動などであり、皆さんご自身を守るための行動であると同時に、家族、大切な人、そして社会を守るための行動でもあります。一方では、通院のための外出や食料品・医薬品などの生活必需品を購入するための外出は制限されず、生活必需品を販売する店舗への休業要請も行わないことから、この点は安心して買いだめについては厳に慎んでいただきたいとの内容でありますので、この趣旨を改めてご理解いただき、私からも町民の皆様には不要不急な外出を控えるようお願い申し上げます。

東京都内では、感染者数が日々増加しており、近隣の市でも既に感染者が報告されておりますので、奥多摩町も今後感染が蔓延するかどうかの瀬戸際に直面をしています。このため、当町では、4月7日午前9時に「奥多摩町新型コロナウイルス感染症対策本部」を設置し、情報の収集や発信、感染者への対応、感染拡大防止の強化を図る体制を整備いたしました。

新型コロナウイルス感染症への対応につきましては、長期戦となります。少しでも油断をすると、たちまちウイルスが町全体に広がってしまいますので、町といたしましては、5月6日までの期間、引き続き公共施設等の利用を休止し、町主催のイベントは延期または中止としました。

また、これから本格的な観光シーズンを迎え、観光立町を標榜する奥多摩町としましては、多くのお客様をお迎えするところですが、ウイルスが持ち込まれることを防ぐ観点からも、東京都が休業要請を行う店舗や施設に該当する、町が設置した公設の施設に対して、5月6日までの休業を要請し、町外から来られる方々に対しても、外出を自粛していただく働きかけをしてまいります。

住民皆様には、「手洗い」や「うがい」、室内の換気をこまめに行い、密閉・密集・密接の3つの「密」を避けて自宅でお過ごしくださいますよう、心がけていただきたいと思います。

今後も皆様にはいろいろな面でご苦勞をおかけすることが出てまいります。当町をはじめ、都内の島しょを含む13の町村から、東京都へ対し、それぞれの町村への対応に関する緊急要望をさせていただいております。私は現在、この13の町村で組織する東京都町村会の会長を務めておりますので、町村会の役員の方々と一緒に、3月5日と4月7日の2回、小池都知事とのテレビ会議の場を設けていただき、「医療機関や学校等へのマスク・消毒液の配布」、「小・中学校休校に伴う小学生、中学生への支援」、「感染が拡大した場合への対応」、そして「町村に対する様々な財政支援」について、直接、小池都知事に要請をいたしました。

町といたしましても、小・中学校休校に伴う児童・生徒への支援や、事業者への支援、必要な財政支援を東京都等に要望し、必要に応じて予算措置を行い、住民皆様の生活を支援してまいります。

住民皆様の一人ひとりの行動が、多くの方の命を救う行動にもつながります。この苦難を乗り越えるためにも、皆様のご理解とご協力を賜りますようお願いいたします。

奥多摩町長 河村 文夫