

# 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（12月18日（土）以降）

## 1 要請を開始する日

令和3年12月18日（土）

〔要請期間：12月18日（土）0時～12月31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「1」：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
0	<ul style="list-style-type: none"> <li>基本的な感染防止対策の徹底</li> <li>新しい生活様式の実践</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>感染防止対策を徹底のうえ、人数制限を行い開催 ※</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>基本的な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、時差出勤を推奨</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>部活動は一部制限を検討</li> <li>学校単位で分散登校等（オンライン学習活用）を検討</li> <li>部活動は一部制限を検討</li> <li>学校単位もしくは全県で分散登校等（オンライン学習活用）を検討</li> <li>部活動は休止を検討</li> </ul>
1			<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（オンライン面会等の推奨）</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> <p>[特定の区域での感染拡大時]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>5人以上の会食回避 ※</li> </ul>	<p>感染防止安全計画策定時の人数上限</p> <p>緊急事態措置：1万人</p> <p>重点措置：2万人</p> <p>その他：収容定員まで</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>[特定の区域での感染拡大時]</li> <li>営業時間短縮、5人以上の会食回避 ※</li> <li>大規模集客施設における入場整理等</li> </ul>	
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>感染リスクの高い場所への外出自粛 ※</li> <li>県外移動は自粛 ※</li> <li>5人以上の会食回避 ※</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>酒類やカラオケ設備提供の制限 ※</li> <li>大規模集客施設における入場整理等</li> <li>出勤者数の削減目標設定による人流抑制</li> <li>高齢者施設や病院等での直接面会禁止</li> </ul>	
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>日中を含めた外出自粛</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>イベントの中止・延期</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

- ・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) イベント等の開催、参加について【法第24条第9項】

[収容率と人数制限の考え方]

収容率		人数制限
大声での歓声、声援等がないことを前提としうるもの 飲食を伴うが発声がないもの	大声での歓声、声援等が想定されるもの	○収容定員まで (感染防止安全計画を策定し県の確認を受けた場合) ○5,000人又は収容定員50%以内のいずれか大きいほう (感染防止安全計画を策定しない場合)
100%以内	50%以内	

※収容率又は人数制限の小さいほう

※感染防止安全計画は5,000人超かつ収容率50%超のイベントに適用し、「大声なし」が前提

【参加人数】 次の人数上限及び収容率要件による人数のいずれか小さい方を限度とします。

#### 【人数上限】

ア 収容定員が設定されている場合

感染防止安全計画を策定している場合は、収容定員を上限とします。

(感染防止安全計画を策定していない場合は5,000人又は収容定員50%以内のいずれか大きいほうを上限とします)。

イ 収容定員が設定されていない場合

次の【収容率要件】、ア、イにおける「収容定員が設定されていない場合」の例によります。

#### 【収容率要件】

ア 大声での歓声、声援などが無いことを前提としうる場合

収容率の上限を 100%とします。

(ア) 参加者の位置が固定され、入退場時や区域内の適切な行動確保ができる場合は、収容定員までの参加人数とします。

(イ) 参加者が自由に移動できるものの、入退場時や区域内の適切な行動確保ができる場合

- ・収容定員が設定されている場合は、収容定員までの参加人数。
- ・収容定員が設定されていない場合は、密が発生しない程度の間隔（人と人とが触れ合わない間隔）を空けることとします。

イ 大声での歓声、声援などが想定される場合

収容率は、次のとおりとします。

(ア) 参加者の位置が固定され、入退場時や区域内の適切な行動確保ができる場合

- ・前後左右の座席との身体的距離を確保し、収容定員の 50%までの参加人数とします(座席間は1席(立席の場合できるだけ2m、最低1m)空けること)。

(イ) 参加者が自由に移動できるが、入退場時や区域内の適切な行動確保ができる場合

- ・収容定員が設定されている場合は、収容定員の 50%までの参加人数とします。
- ・収容定員が設定されていない場合は、十分な人と人との間隔(できるだけ2m、最低1m)を空けていること。

※大声での歓声、声援の定義は「観客等が、通常よりも大きな声量で、反復・継続的に声を発すること」とし、以下のような事例を指します。

○観客間大声・長時間の会話

○スポーツイベントにおいて、反復・継続的に行われる応援歌の合唱  
(得点時の一時的な歓声等は必ずしも大声にあたるとは限りません。)

- ・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。
- ・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。

- ・主催者が存在しない中で多数の人が集まる季節の行事（ハロウィン、クリスマス、大晦日、初日の出等）に参加される場合は、基本的な感染防止策を徹底してください。また、基本的な感染防止策が徹底されていない季節の行事への参加は控えるとともに、特に、自然発生的に不特定多数の人が密集し、かつ、大声等の発生を伴う行事、パーティー等への参加は控えてください。

### (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。
- ・感染防止策として、基本的な感染防止対策の実施に加え、換気の実施及び適度な保湿をお願いします。

### (4)その他

- ・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。
- ・飲食店などにおいて大声で話したり、カラオケ、イベント、スポーツ観戦などで大声を出したりすることは控えてください。
- ・友人、知人を招いてのホームパーティーや大人数での会食、飲み会は感染リスクが高まることから十分注意してください。
- ・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。
- ・接触確認アプリ（COCOA）のインストールや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します。
- 高齢者施設や病院等での直接面会の際は、従事者を含めて、適切な感染防止対策の徹底をお願いします。

## (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実践してください。

## (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。
- 接触確認アプリ（COCOA）のインストールや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。

<b>(別表) 適切な感染防止対策例</b>	
<b>発熱者等の施設への入場防止</b>	・ 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)
	・ 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
<b>接触確認アプリの利用</b>	・ 来訪者は、接触確認アプリをインストールをし、事業者は、それを促す
	・ 事業者は、来訪者の連絡先等を把握する(イベント開催の際には徹底すること)
<b>3つの「密」(密閉・密集・密接)の防止</b>	・ 店舗利用者の入場制限、滞在時間の制限を設ける
	・ 十分な座席間隔(四方を開けた席配置等)を確保する
	・ 入退出時、休憩場所、待合場所等での3密の環境を避ける
	・ 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)
<b>飛沫感染、接触感染の防止</b>	・ 密集する会議の中止(対面による会議を避け、電話会議やビデオ会議を利用)
	・ 来訪者、従業員のマスク着用(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
	・ 対面機会の削減(または、ビニールカーテン等の設置)
	・ 大声での会話が発生しない環境作り(利用者への呼びかけ、音響を最小限に設定等)
<b>移動時の感染防止</b>	・ 店舗・事務所内の定期的な消毒、キャッシュレスの利用
	・ ラッシュ対策(時差出勤、自家用車・自転車・徒歩等による出勤の推進)
	・ 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)
	・ 出張の中止(電話会議やビデオ会議などを活用)、来訪者数の制限
	・ イベント参加(開催)にあたっては、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

# 「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

### 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

### 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

### 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。





## 寒冷な場面における新型コロナ感染防止等のポイント

### 1. 基本的な感染防止対策の実施

- マスクを着用  
(ウイルスを移さない)
- 人と人の距離を確保  
(1mを目安に)
- 「5つの場面」「感染リスクを下げながら会食を楽しむ工夫」を参考に
- 3密を避ける、大声を出さない

#### 『5つの場面』

- 場面1：飲酒を伴う懇親会
- 場面2：大人数や長時間におよぶ飲食
- 場面3：マスクなしでの会話
- 場面4：狭い空間での共同生活
- 場面5：居場所の切り替わり

### 2. 寒い環境でも換気の実施

- 機械換気による常時換気を  
(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。)
- 機械換気が設置されていない場合は、室温が下がらない範囲で  
**常時窓開け**(窓を少し開け、室温は18℃以上を目安！)  
また、連続した部屋等を用いた2段階の換気やHEPAフィルター付きの空気清浄機の使用も考えられる  
(例：使用していない部屋の窓を大きく開ける)
- 飲食店等で可能な場合は、CO2センサーを設置し、二酸化炭素濃度をモニターし、適切な換気により  
1000ppm以下(\*)を維持  
\*機械換気の場合。窓開け換気の場合は目安。



CO2センサー

### 3. 適度な保湿(湿度40%以上を目安)

- 換気しながら加湿を  
(加湿器使用や洗濯物の室内干し)
- こまめな拭き掃除を