

「新しい生活様式」を心がけて公園をつかおう！4つのポイント

新型コロナに対応した「新しい生活様式」の定着が求められるなか、感染対策に気をつけながら都市公園を利用していただくための国が提示する4つのポイントを周知します。

■公園利用の4つのポイント

今後、感染状況等が変化する中においても、誰もが公園を安心して利用できるよう、『新しい生活様式』を踏まえた身近な公園利用のポイント」を整理しました。

多くの方々が、以下の4項目に気をつけ、マナーと思いやりを大切に、身近な公園を利用し、健康的で楽しい時間を過ごして頂けるようご理解、ご協力をお願いいたします。

◆「新しい生活様式」を踏まえた身近な公園利用のポイント

ポイント① 体調が悪いときは利用を控える

- 新型コロナウイルス感染経路の中心は、人から人への飛沫感染及び接触感染です。
- 新型コロナウイルスに感染し、発症した際の症状は、発熱や咳が中心で、通常のかぜと見分けがつきにくいことが多いとされています。
- 発熱などのかぜ症状がある場合、公園を利用するために外出することは控えましょう。ご本人のためだけでなく、感染拡大の防止にもつながる大切な行動です。



ポイント② すいた時間・場所を選び、ゆずりあう

- 集団感染が生じた場の共通点を踏まえ、特に、密閉空間、密集場所、密接場面という3つの条件のある場について、感染を拡大させるリスクが高いと考えられています。屋外でも「密集・密接」には要注意とされています。
- 実際の公園の利用状況を確認し、混んでいる時間や場所を避けて利用しましょう。公園管理者が過去の混雑状況等の情報を発信している場合もあるので、事前に確認することも有効です。
- また、できるだけ多くの方が利用できるよう、利用する時間はいつもより短くし、ゆずりあいましょう。



ポイント③ 人と人の距離をあける

- 咳や大声をだすとしぶきが2mほど飛ぶことがあります。しぶきにはウイルスが含まれている可能性があり、他の人に病気をうつす可能性があります。
- 新型コロナウイルス感染症患者は、症状が出る前から感染を広げることが判明しているため、発症前の感染者との会話などで飛んだ飛沫にも注意が必要と考えられ、症状のない人でも2mの間隔を取ることが推奨されています。
- なお、十分な身体的距離を確保できずに会話する場合などは、他の方への感染リスクを下げるためマスクをしましょう。
- ※ 熱中症対策のため、身体的距離を確保できる場合はマスクを外しましょう。その他、乳幼児のマスク着用についても危険性が指摘されています。



ポイント④ こまめに手洗いをする

- 手や指についたウイルスの対策は、洗い流すことが最も重要です。手や指に付着しているウイルスの数は、流水による15秒の手洗いだけでも1/100に減らすことができます。
- 遊具など、多くの人に触れるもので遊ぶときは、こまめに手洗いをしましょう。手洗いができない場合は、手指消毒用アルコールを使うことも考えられます。
- 家に帰ったら、まず手や顔を洗うようにしましょう。石けんを使った手洗いは更に有効です。

