

## 市民の皆さまへ

### 「緊急事態宣言」下での県民の方々への具体的な行動要請

#### ① 原則、外出自粛

- 可能な限り人との接触機会を減らしましょう。
- 施設や店舗等を利用する際は、夕方等の混雑する時間帯を避けましょう。
- 特に、午後8時以降は不要不急の外出を控えましょう。
- 日常生活圏を超える範囲での移動は控えましょう。
- 通院、通学、通勤、買物、健康維持のための散歩やジョギングなど生活に必要な外出は自粛の対象外です。

#### ② 原則、県外との往来自粛

- 仕事など生活に必要な外出を除き、県外へ出かけないようにしましょう。  
→ただし、その場合も国の緊急事態宣言の対象となる1都3県への往来については、特に慎重にご判断ください。
- 県境の地域にお住まいの方で、生活圏が隣県にまたがっている場合は、自粛の対象外です。

### 「緊急事態宣言」下での県民の方々への具体的な行動要請

#### ③ イベントの中止・延期

- 不特定多数の方が集うイベントは中止・延期を検討してください。
- 特に飲食を伴うものについては、注意してください。

#### ④ 会食は4人以下、2時間以内

- 4人以下で会食する場合でも、できる限り短時間で、「みやざきモデル」の徹底を！
- 外食だけでなく、自宅等における友人等との会食についても今は控えましょう。

#### ⑤ テレワーク、時差出勤の推奨

- テレワークや時差出勤の活用により、職場における「密」を減らしましょう。
- 出勤する場合も、マスク着用や手指消毒を徹底し、体調不良の場合は出勤を取りやめましょう。

・本市では、1月7日に県が発令した緊急事態宣言に伴い、感染防止対策と経済対策を両立させながら、社会経済活動に取り組んできたところです。

・新型コロナウイルス感染症については、全国で続発的に発生しており、県内においてもいわゆるクラスター（集団）が持続的に発生している状況です。

・この度、県の緊急事態宣言が2月7日まで延長されることが決定いたしました。

・市民の皆様におかれましては、引き続きご不便やご負担をおかけしますが、感染のリスクは常に周りにあると考えていただき、自己防衛のため、一人一人が意識して、上記の行動要請と「[新しい生活様式](#)」の実践による感染防止の取り組みを徹底していただくようお願いします。

・発熱等の風邪症状が見られるときには、学校や会社を休み外出を控えてください。また、毎日体温を測定して記録しておいてください。

・風邪症状が軽度である場合には、自宅にて安静・療養に努めましょう。

・新型コロナウイルス感染症に感染し、つらい思いをされている方々に対する差別的発言や誹謗中傷、詮索等が行われていると見聞きしております。

・偏見や差別的な行動をとらないことはもちろんのこと、不確かな情報に惑わされず、お互いを思いやりながら、感染予防対策に取り組んでいきましょう。