

# ○北海道における緊急事態措置に関するQ&A

## 不要不急の判断

Q1 「不要不急」とはどのようなことですか。

- 何が不要不急に当たるかは、それぞれの外出の目的、必要性などによって異なります。現在、北海道に緊急事態宣言が発令されており、全道で警戒レベルの引き上げ、人と人との接触機会を減らすことが必要です。こうした状況を踏まえ、今外出する必要があるか、他に代替する方法がないかなどについて検討することも含め、外出の目的などを改めて見つめ直して判断をお願いします。
- なお、具体的には、医療機関への通院、食料・医薬品・生活必需品の買い出し、必要な職場への出勤、屋外での運動や散歩など生活や健康の維持のために必要な場合としています。  
また、必要な外出や移動であっても、混雑している場所や時間を避けて行動するようお願いします。

## 外出の半減

Q2 外出を半減するとはどういうことですか。

- 特措法に基づき、全道に、混雑した場所への外出を半減させるよう要請しております。  
不要不急ではない外出であっても、例えば、これまで週に4回買い物していた方は、週に2回に減らすなどのご協力をお願いします。
- また、大規模商業施設の事業者の方々に人数制限など入場者の方の整理を行うよう要請しています。特に、感染リスクが高い場面とされる百貨店の地下食品売り場等にも、同様に入場者の整理を要請していますので、緊急事態宣言の期間中は、混雑する場所をつくらない、そして、人と人との接触をできるだけ減らす取組にご協力をお願いします。

## 感染防止対策が徹底されていない飲食店等の利用

Q3 利用施設が感染防止対策を徹底しているかどうかは、どのように見分けますか。

- 道では、次の感染防止対策の実施を要請しています。
  - ・従業員への検査推奨
  - ・入場者の整理・誘導
  - ・発熱その他の症状のある者の入場の禁止
  - ・手指消毒設備の設置
  - ・事業を行う場所の消毒
  - ・マスク着用その他感染防止に関する措置の周知
  - ・正当な理由なくマスク着用等の感染防止措置を講じない者の入場の禁止(すでに入場している者の退場も含む)
  - ・施設の換気を行う
  - ・アクリル板等の設置又は利用者の適切な距離の確保等の飛沫感染防止に効果のある措置を講じる
  - ・新型コロナ接触確認アプリ(COCOA)及び北海道コロナ通知システムの活用の呼びかけ
  - ・同一グループの入店は4人以内
  - ・滞在時間の制限などにより同時に多数の人が集まらないようにする
  - ・店内では大声での会話を避けるよう注意喚起を行う

お店を選ぶ際には、上記の取組が徹底されているかご確認ください。

- これらの要請に応じていない飲食店等については利用を厳に控えてください。
- 事業者の皆様は、感染拡大防止に真摯に取り組んでいますので、利用者の皆様におかれては、店舗の取組にご理解とご協力をお願いします。

## 飲食店等での酒類の提供

### Q4 飲食店でお酒を飲むことはできますか。

<特定措置区域(札幌市、江別市、千歳市、恵庭市、北広島市、石狩市、当別町、新篠津村、小樽市、旭川市)>

- 酒類又はカラオケ設備を提供(カラオケ店や利用する方の酒類の店内持ち込みを含む)する飲食店等には、休業を要請していますので、この要請に応じていない飲食店等については利用を厳に控えてください。

<一般措置区域>

- 特定措置区域以外の市町村においては、飲食店等に対し、営業時間の短縮(5時から20時まで)や酒類提供の制限(一定の要件を満たした店舗に限り19時30分まで提供可能)を要請しています。これらの要請に応じていない飲食店等については利用を控えてください。
- 飲酒をすると、気分が高揚すると同時に注意力も低下し、大声になりやすく、飛沫感染のリスクも高まります。感染拡大を防ぐためにも、道民の皆様のご理解とご協力をお願いします。

### Q5 路上・公園等での飲酒などは、感染リスクは低くなるのではありませんか。

- 飲酒の場面にあっては、野外であっても、室内と比較し感染リスクが下がるわけではありません。風が吹いていたとしても、一概にリスクが下がるとは言えず、屋外でも、近距離、集団でマスクを外したままの会話等を行うことにより、感染リスクは高まります。
- このため、路上・公園等の野外であっても飲酒を伴う宴会など、会話を避けられない飲食についてはお控えいただくようお願いいたします。

## 同居していない方との飲食

Q6 なぜ、同居していない方同士での飲食を控える必要があるのですか。

<特定措置区域>

- 国の分科会では、感染拡大の主な要因として、飲食をする場面があげられており、「経路不明の感染の多くは飲食が原因」であるとの指摘や、「飲食する場面が主な感染拡大の要因となり、これが職場や家庭、院内・施設内の感染に繋がっているものと考えられる」との見解が示されています。
- 特にマスクをしたままで行うことが難しい飲食の場面では、飛沫感染のリスクが高まり、知らないうちに感染を拡大させてしまう可能性があるため、飲食による感染拡大を徹底的に抑えるためにも、特定措置区域においては、できる限り同居していない方との飲食を控えるようお願いします。

Q7 “同居していない方”とは、どのように判断しますか。

- ここでの同居とは、家族・親族だけに限らず、普段から同じ空間で衣食住を共にしている方を想定しています。
- ただし、生活の実態は多様であることから、迷われる場合は、できる限り控えるようお願いします。

Q8 家族で行う飲食も感染リスクを回避しなければなりませんか。

- ここでの飲食とは、自宅等での日常の飲食ではなく、主に、①外出先で、②日常、飲食を共にしていない方同士での飲食を想定しています。(様々な方との接触機会がある外食の場面)
- ただし、最近は家族間での感染事例も多く確認されていますので、体調が悪い方がいる場合などに十分に注意してください。

## 「黙食(もくしょく)～食事は静かに、会話はマスク～」の実践

### Q9 「黙食」とは何ですか。

- 道では、感染リスクが高いとされる飲食の場面において、基本的な感染防止行動の定着を図るため、事業者間での取組例も参考に、「黙食」の実践をお願いしています。
- 「黙食」は、飲食店に入ってからずっと黙っているということではなく、静かに食事を味わい、会話はマスクを着用して楽しく行っていただくといった趣旨であり、具体的には「会食は4人以内など少人数、短時間、深酒せず、大声を出さず、会話の時はマスクを着用」という行動をお願いするものです。

### Q10 飲食の場면을例示しているのはなぜですか。

- 感染予防には、マスクの着用が効果的であり、時間、場所を問わず一人ひとりができる基本的な対策として重要ですが、飲食はマスクをしたままで行うことが難しいため、飛沫感染のリスクが高まります。
- 飲食の場面は長時間になりやすく、加えて、飲酒をすることで気が緩みガードが下がりやすくなることから、注意喚起を行うものです。

### Q11 人数を4人以内としている理由はなんですか。

- 集まる人数が多いほど、人と人との接触機会が増加し、また、飲食の機会では、飛沫感染リスクが更に高まります。このため、飲食の機会では、原則として4人以内の場を設定していただくをお願いしています。
- ただし、子どもや高齢者・障がいのある方の介助者など、4人までの中に一律に含めることは適当でないと考えられる場合は、マスク着用や手指消毒、距離を保つなどの対策を徹底した上で、個々のグループの実情に応じて、感染リスクの低減に適切な参加人数を設定してください。
- また、5人以上であっても、会場(店舗側)の協力の下、密とならない十分なスペースがあり、参加者が4人以下の単位で区切られ、全員が時間内は席を移動しないこと、参加者の退出時間をずらすなど、実質的に4人までの会食と同じように感染リスクが回避できると判断される場合には、この限りではありません。

## Q12 長時間の飲食はリスクが高いとしている理由は何ですか。

- 飲酒を伴う宴会などでは、開催時間が長くなることやマスクをはずす機会が多くなるなど、感染のリスクが高まります。
- 飲酒をすると、気分が高揚すると同時に注意力も低下し、大声になりやすく、飛沫感染のリスクも高まります。また、深夜のはしご酒でも感染リスクが高まるとされているため、特に注意してください。

## Q13 飲食の場面においては、大人数や長時間など、一つでも回避されない場合はダメですか。

例えば、食べ物を口に含む以外、マスクをすることでもダメですか。

マスクしていれば大声でも許されますか。

- マスクは、相手のウイルス吸入量を減少させる効果より、自分からのウイルス拡散を防ぐ効果がより高くなります。仮に50センチの近距離に近づかざるを得なかった場合でも、相手だけがマスクを着用(布マスクで17%減、不織布マスクで47%減)するより、自分だけがマスクを着用(布マスク又は不織布マスクで7割以上減)する方が、より高く、自分と相手の双方がマスクを着用することで、ウイルスの吸い込みを7割以上(双方が布マスクで7割減、不織布マスクで75%減)抑える研究結果があり、マスクは感染予防に非常に有効なものとされています。
- しかしながら、大人数で長時間に及ぶ会食で、更に飲酒も加わる場合は、気が大きくなることで大声にもなりやすい状況が生まれ、参加者がその時間中、マスク着用を守ることは現実的に難しいと考えます。
- このため、飲食の場面では、原則、お示した内容の全てをご確認いただくようお願いします。