



新型コロナウイルス感染症対策特集号

緊急事態宣言が出されました
不要不急の外出を控えてください

昨年4月に続き2度目となる緊急事態宣言が出されました。新型コロナウイルス感染症は、感染拡大の一途をたどっています。区内の累計感染者数も2,000人を超え、日々の感染者数も急増しております。り患された区民の皆さんには、心からお見舞いを申し上げ、1日も早い回復をお祈りしております。

区民の皆さん、どうか、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止にご協力ください。そして、ご自身、ご家族、大切なかたの健康・生命を守ってください。

マスクの着用。小まめな手洗い・消毒。3密を避ける。不要不急の外出は控える。新年会などの会食は自粛する。こうした感染症予防の行動を徹底することが、極めて重要です。

改めて、私は区長として、そしてまた、新型コロナウイルス感染症対策本部長として、28万区民の皆さんの健康・生命を守るために職員とともにベストを尽くしていく決意です。

区では、集会施設などの夜間利用を来月7日まで、休止いたします。小・中学校や保育園、こども園は休止いたしません。ぜひご家庭でもしっかり見守っていただきたいと存じます。

今、私たちは見えない敵、新型コロナウイルスに打ち勝つ、大変重要な局面に立っています。どうか、区民の皆さんには、慎重な節度ある行動を改めてお願いいたします。



目黒区長 青木英二



◀ホームページ（左コード）からは、メッセージ動画がご覧になれます

感染症予防の基本



マスクの着用



小まめに
手洗い・手指消毒



3密（密集・密接・密閉）
の回避

緊急事態宣言期間中の区の対応 ※緊急事態宣言解除の日まで 最新の区の対策情報は こちらをご覧ください



施設・事業名	制限・休止内容など
住区センター（会議室、レクリエーションホールほか）	夜間区分の利用を休止し、開館時間を19：00までに短縮 ☎東部地区サービス事務所（☎5722－9752、FAX5721－7807）
総合庁舎（会議室・和室・茶室）	☎総務課庁舎管理係（☎5722－6107、FAX5722－9315）
男女平等・共同参画センター（会議室、研修室ほか）	☎人権政策課男女平等センター係（☎5721－8570、FAX5721－8574）
スポーツ施設（屋内体育施設、小学校屋内プール）	☎スポーツ振興課計画指導係（☎5722－9317、FAX5722－9754）
社会教育館、緑が丘文化会館、青少年プラザ（研修室ほか）	☎東山社会教育館（☎3791－4611、FAX3791－4585）、中央町社会教育館（☎3713－4127、FAX3792－9202）、区民センター社会教育館（☎3711－1137、FAX3711－1168）、目黒本町社会教育館（☎3792－6321、FAX3792－5247）、緑が丘文化会館（☎3723－8741、FAX3723－2187）、青少年プラザ（☎5721－8575、FAX5721－8577）
中小企業センター、勤労福祉会館（集会室ほか）	☎産業経済・消費生活課中小企業振興係（☎3711－1134、FAX3711－1132）
中小企業センター（ホール）	☎産業経済・消費生活課中小企業振興係（☎3711－1135、FAX3711－1284）
めぐろパーシモンホール（大ホール、小ホール）、中目黒G T プラザホール	☎めぐろパーシモンホール（☎5701－2924、FAX5701－2968）
めぐろパーシモンホール（リハーサル室、練習室ほか）	
心身障害者センター（会議室、視聴覚室、言語訓練室）※通所事業と短期入所を除く	☎障害施策推進課障害施設係（☎5722－9893、FAX5722－6849）
オーパス夢ひろば	☎道路公園課公園活動支援係（☎5722－9242、FAX3712－5129）
目黒天空庭園、菅刈公園、碑文谷公園拡張部、目黒不動防災ひろば	☎道路公園課公園活動支援係（☎5722－9242、FAX3712－5129）
学芸大学駅公衆便所・自由が丘駅公衆便所の誰でもトイレ	☎環境保全課環境計画係（☎5722－9606、FAX5722－9401）
学芸大学駅西口指定公衆喫煙所	
八雲中央図書館、中目黒駅前図書館	月～土曜日の開館時間を20：00までに短縮。他の区立図書館は変更なし ☎八雲中央図書館（☎5701－2795、FAX5701－2794）
めぐろ学校サポートセンター（体育館）	☎めぐろ学校サポートセンター（☎3715－1531、FAX3715－2846）
学校開放事業	☎スポーツ振興課管理係（☎5722－9690、FAX5722－9754）
旧前田家本邸和館（茶室・和室）、菅刈公園和館（和室）	☎道路公園課公園活動支援係（☎5722－9242、FAX3712－5129）
駒場野公園デイキャンプ場	

※新型コロナウイルス感染症を理由に施設利用をキャンセルする場合、利用料は全額還付します

新型コロナウイルス感染症が
疑われる場合は

- ①かかりつけ医に相談
②かかりつけ医がない場合は、
東京都発熱相談センター（無休。24時間）へ相談
☎5320－4592 FAX5388－1396

新型コロナウイルス接触確認アプリを活用



新型コロナウイルス接触確認アプリ（COCOA）は、感染者と接触した可能性を通知する、スマートフォンアプリです。ダウンロード方法など詳細は、厚生労働省ホームページ（右コード）をご覧ください。



☎新型コロナウイルスに係る
厚生労働省電話相談窓口
（☎0120－565653）

＼郵送・オンラインでできる手続きにご協力を／



郵送などでできる主な手続き

詳細はホームページ（右コード）をご覧ください。
※FAXでの申請はできません



- 転出の手続き 区戸籍住民課住民記録係（☎5722-9884、FAX5721-7814）
- 各種証明書の取得
住民票の写し、戸籍全部事項証明書、戸籍の附票の写しほか
区戸籍住民課戸籍証明係（☎5722-9805、FAX5721-7814）
特別区民税・都民税の納税・課税・非課税証明書ほか
区税務課税務係（☎5722-9819、FAX5722-9324）
- 国民健康保険 区国保年金課資格賦課係（☎5722-9810、FAX5722-9339）
国民健康保険の加入・脱退、保険証の再交付ほか
- 子ども関係 区子育て支援課手当・医療係（☎5722-9162、FAX5722-9328）
児童手当の申請、乳幼児・子ども医療証の申請・再交付・変更届ほか

オンラインでできる手続きについてはこちら



＼高齢者などへ／

PCR検査費用を助成しています

無料



区高齢者等検査受付専用ダイヤル
（☎5722-7021、FAX5722-9474）

新型コロナウイルス感染症の重症化リスクが高い高齢者と基礎疾患のあるかたを対象に、PCR検査費用を助成しています。詳細はホームページ（右上コード）をご覧ください。

対象 65歳以上、または基礎疾患（※）のある区内在住者
※慢性閉塞性肺疾患、慢性腎臓病、糖尿病、高血圧、心血管疾患ほか。医師の診断書（発行費用は自己負担）が必要

※感染の疑いがあり、医師が検査の必要があると判断したかたは対象外

定員 800人程度（先着。1人につき1回）

申し込み方法 電話で、2／26までに、高齢者等検査受付専用ダイヤル（☎5722-7021。月～金曜日9：00～16：00）へ。窓口申し込み不可

※検査場所などは申込時にお知らせします

※検査結果の証明書は発行しません

家族に新型コロナウイルス感染が疑われる場合

家庭内で注意すべき8つのポイント

家族などに新型コロナウイルスの感染が疑われるかたがいる場合、家庭内での感染リスクが高くなります。家庭内で感染を防ぐポイントに意識して、工夫しながら生活しましょう。また、同居するかたも毎日2回は熱を測るなど健康観察をしましょう。

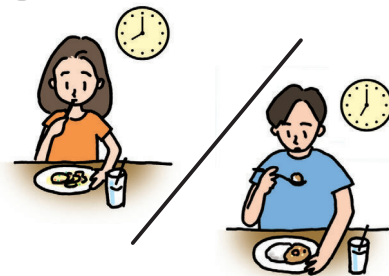
1 部屋をできる限り分ける



- 個室にする
- 食事や寝るときも別室にし、感染が疑われるかたは極力部屋から出ない
- トイレやバスルームなど共有スペースの利用は最小限にし、入浴は最後にする
- ＜部屋を分けられないときは＞
- できるだけ2m以上距離を保つか、仕切りやカーテンを設置する
- 寝るときは頭を互い違いにするなどの工夫をする

マスクを外す食事の際は特に注意

- 別室で食事をする
- 食事をする時間帯をずらす
- ＜やむを得ず一緒に食事をするときは＞
- 対面や横並びも避ける
- なるべく会話も避ける
- 対角線や背中合わせに座るなどの工夫をする



2 感染が疑われるかたの世話は限られたかたで



- 感染リスクを最小限にするため、できる限り1人に決めて世話をする
- ※次のかたは接触を避けてください
- 心臓、肺、腎臓に持病がある
- 糖尿病 ●妊娠している
- 免疫が低下している ほか

3 家の中でもマスクを着用する



- 感染が疑われるかたがいる部屋で使用したマスクは、ほかの部屋に持ち出さず、ビニール袋に入れて、密閉して捨てる
- マスクを外す際は、ゴムやひもをつまんで外す
- マスクを外したあとは、必ず石けんでの手洗い、またはアルコール消毒をする

4 小まめに手を洗う



- 小まめに30秒以上かけて石けんで丁寧に手洗い、アルコール消毒をする
- 洗っていない手で目や鼻、口などを触らない
- タオルなどを共有するのは避ける

5 小まめな換気と適度な保湿



- 1～2時間ごとに、複数の窓や扉を開けて空気の流れを作り、部屋の空気を入れ替える
- 湿度40％以上を目安に、加湿器や洗濯物の室内干しなどで加湿する

6 洗濯は、手袋とマスクをつける



- ふん便などからウイルスが検出されることがあるため、体液で汚れた衣服等を洗う際は、手袋とマスクを着け、一般的な家庭用洗剤で洗濯し、完全に乾かす

7 ごみは密閉して捨てる



- 使用済みのマスクや鼻をかんだティッシュはすぐにビニール袋に入れ、室外に出すときは、密閉して捨てる
- ごみを捨てたあとは、すぐに石けんで手を洗う

8 共有部分の消毒



- ドアノブやスイッチなどの共有部分は、1日1～2回薄めた家庭用塩素系漂白剤（0.05％以上。ホームページ〈右コード〉参照）で拭いたあと水拭きするか、アルコールで拭く
- 作った消毒液は、1日で使い切る
- トイレや洗面所は一般的な家庭用洗剤で小まめに清掃する

消毒液の作り方はこちら

