

令和2年12月3日
厚生労働省新型コロナウイルス感染症対策推進本部広報班

新型コロナウイルス感染拡大を踏まえた緊急広報計画について

1 目的

感染拡大が続く中、政府の情報発信が届きにくい若者世代にも確実に伝わる「対話型の情報発信」を実施し、行動変容を促す。

2 発信するメッセージ

- (1) 「静かなマスク会食」「いつでもマスク」
- (2) 「5つの場面」に係る感染予防の具体的取組内容
- (3) 各場面で感染予防のための具体的な行動を分かりやすく伝える工夫
- (4) 体調不良時の外出自粛／テレワークの推進
- (5) 換気対策
- (6) 医療従事者等身近な人への感謝表明

3 具体的なアクション

(1) 感染予防

- ・厚労省SNSアカウント等による情報発信
- ・SNS媒体での動画の配信（いつでもマスク、手洗い、三密、咳エチケット）
- ・影響力を有するインフルエンサー、メディアを通じた情報発信
- ・インターネット広告
- ・求人情報誌
- ・参加型情報発信プロジェクト

(2) 医療従事者等身近な人への感謝表明

- ・参加型情報発信プロジェクト

啓発資材：いつでもマスク
(11/20よりHPのトップ画面掲載、SNS発信)



啓発資材：冬のコロナ対策へのご協力をお願いします！
 （11/20よりHPのトップ画面掲載、SNS発信）

！ 冬のコロナ対策へのご協力をお願いします！

「マスクの着用」「3密の回避」「手洗い・消毒」などの基本的な感染症対策を徹底しましょう。

「静かなマスク会食」をお願いします

会話の際には
マスクを着用しましょう！

いつでもマスク
気を付けたい「5つの場面」

新型コロナウイルス
感染症対策推進室

首相官邸
厚生労働省
厚労省

～ 商業施設等の管理者の皆さまへ ～

冬場における「換気の悪い密閉空間」を改善するための換気の方法

外気温が低いときに、「換気の悪い密閉空間」を改善する換気と、室温の低下による健康影響の防止を両立するため、以下の点に留意してください。

- ✓ 「換気の悪い密閉空間」は新型コロナウイルス感染症のリスク要因の一つに過ぎず、一人あたりの必要換気量を満たすだけで、感染を確実に予防できるわけではなく、人が密集した空間や密接な接触を避ける措置を併せて実施する必要があります。

推奨される換気の方法

① 窓の開放による方法

換気機能を持つ冷暖房設備※や機械換気設備が設置されていない、または、換気量が十分でない商業施設等は、以下に留意して、窓を開けて換気してください。

※ 冷暖房設備本体に屋内空気を取り入れ口がある（換気用ダクトにつながっていない）場合、室内の空気を循環させるだけで、外気を取り入れ機能はないことに注意してください。

- 居室の温度および相対湿度を18℃以上かつ40%以上に維持できる範囲内で、暖房器具を使用※しながら、一方向の窓を常時開けて、連続的に換気を行うこと。

※ 加湿器を併用することも有効です。

- 居室の温度および相対湿度を18℃以上かつ40%以上に維持しようとすると、窓を十分に開けられない場合は、窓からの換気と併せて、可搬式の空気清浄機を併用すること。

窓開け換気による室温変化を抑えるポイント

- ◆ 一方向の窓を少しだけ開けて常時換気をする方が、室温変化を抑えられます。窓を開ける幅は、居室の温度と相対湿度をこまめに測定しながら調節してください。
- ◆ 人がいない部屋の窓を開け、廊下を経由して、少し暖まった状態の新鮮な空気を人のいる部屋に取り入れること（二段階換気）も、室温変化を抑えるのに有効です。
- ◆ 開けている窓の近くに暖房器具を設置すると、室温の低下を防ぐことができますが、燃えやすい物から距離をあけるなど、火災の予防に注意してください。

空気清浄機を併用する際の留意点

- ◆ 空気清浄機は、HEPAフィルタによるろ過式で、かつ、風量が毎分5m³程度以上のものを使用すること。
 - ◆ 人の居場所から10m²(6畳)程度の範囲内に空気清浄機を設置すること。
 - ◆ 空気のだよみを発生させないように、外気を取り入れる風向きと空気清浄機の風向きを一致させること※。
- ※ 間仕切り等を設置する場合は、空気の流れを妨げない方向や高さとするか、間仕切り等の間に空気清浄機を設置するなど、空気がよどまないようにしてください。

② 機械換気(空気調和設備、機械換気設備)による方法

必要換気量を満たすことのできる機械換気設備等が設置された商業施設等は、以下のとおり換気を行ってください。

- 機械換気設備等の外気取り入れ量等を調整することで、必要換気量（一人あたり毎時30m³）を確保すること。
- 冷暖房設備により、居室の温度および相対湿度を18℃以上かつ40%以上に維持すること。

参考

必要換気量を満たしているかを確認する方法として、二酸化炭素濃度測定器を使用し、室内の二酸化炭素濃度が1000ppmを超えていないかを確認することも有効です。

- 測定器は、NDIRセンサーが扱いやすいですが、定期的に校正されたものを使用してください。校正されていない測定器を使用する場合は、あらかじめ、屋外の二酸化炭素濃度を測定し、測定値が外気の二酸化炭素濃度（415ppm～450ppm程度）に近いことを確認してください。
- 測定器の位置は、ドア、窓、換気口から離れた場所で、人から少なくとも50cm離れたところにしてください。
- 測定頻度は、機械換気があり、居室内の人数に大きな変動がない場合、定常状態での二酸化炭素濃度を定期的に測定すれば十分です。
- 連続測定は、機械換気設備による換気量が十分でない施設等において、窓開けによる換気を行うときに有効です。連続測定を実施する場合は、測定担当者に測定値に応じてとるべき行動（窓開け等）をあらかじめ伝えてください。
- 空気清浄機を併用する場合、二酸化炭素濃度測定は空気清浄機の効果を評価するための適切な評価方法とはならない※ことに留意してください。

※ HEPAフィルタによるろ過式の空気清浄機は、エアロソル状態のウイルスを含む微粒子を捕集することができますが、二酸化炭素濃度を下げることができません。

SNS (Twitter) 発信 (マスクの着用)



厚生労働省  @MHLWitter · 15時間 ⋮

●マスクは何のために着用するのでしょうか？
 マスクの着用は、せきやくしゃみなどの飛散を防ぐことで感染を拡げない効果があります（布マスクを感染者が着用した場合にウイルスの吸入量を60-80% 減少(※)）。新型コロナは症状がなくても感染している場合があります。マスク着用は周りの方を守ります。



VOL. 01

マスクは何のために着用するのでしょうか？

会話はマスク越しで



みなさんの質問におこたえします

 24

 660

 979



VOL. 01

マスクは何のために着用するのでしょうか？

会話はマスク越しで



みなさんの質問におこたえします

対話型情報発信

(11/18-より順次開始)

コロナコールセンター等に寄せられたマスク着用に関する国民のみなさまからのご質問をもとにSNSで回答する形式の対話型の情報発信の取組

毎日の情報発信（朝）

ツイート1/2

ツイート

厚生労働省 @MHLWitter

●感染予防の呼びかけ
 新型コロナウイルスの感染者が地域によっては急増しています。
 新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐには、お一人おひとりの感染予防がとても大切です！
 3つの密を避けるとともに、咳エチケットや手洗いの実施などの感染防止の徹底をお願いします！
mhlw.go.jp/content/109000...

21:07 · 2020/11/12 · Twitter Web App

78件のリツイートと引用リツイート 110件のいいね

返信をツイート

ツイート2/2

厚生労働省 @MHLWitter

●体調不良時、受診時の呼びかけ
 新型コロナウイルスの感染者が地域によっては急増しています。
 発熱・倦怠感など、体調がいつもと違うと感じた時は外出を控えましょう！
 また、受診の際は、事前にかかりつけ医など身近な医療機関にまずは電話相談するようお願いします！

STOP! 感染拡大 - COVID-19 - 体調不良時、受診時の呼びかけ

まず電話を!

かかりつけ医など、身近な医療機関へ相談

発熱・倦怠感など、体調がいつもと違うと感じた時は外出を控えましょう!

21:06 · 2020/11/12 · Twitter Web App

午前中にツイート（7時ころ）
 出勤前、途中の方向けに

- ・3密防止、咳エチケットの徹底
- ・体調不良時には外出を控えるよう願う内容

毎日の情報発信（夕方）

ツイート

厚生労働省 @MHLWitter · 21時間 ⋮

● 「5つの場面」に注意のお願い
新型コロナウイルスの感染者が地域によって急増しております。感染リスクが高まる「5つの場面」（飲食を伴う懇親会や長時間・大人数の飲食、マスクを外しての会話など）に注意し、基本的な感染防止対策へのご協力をお願いいたします。

corona.go.jp/proposal/

18 238 280

夕方にツイート（16時ころ）
帰宅中の方向け、夕食の前に
・5つの場面の注意喚起
を徹底するようお願いする内容
などを発信

ツイート工夫 (11/16~)

フォロワーの画面に流れてくるだけで画像がしっかり見えるよう、専用横長バナー画像を作成してツイート。→他ツイートより反応◎



※参考
↓画像が切れてしまっている
(フォロワーが1クリックする手間ができる)



双方向発信（アマビエ）

アマビエに関し、国民の皆様から応援があったことをツイート（12月1日）

厚生労働省 @MHLWitter · 1日
●アマビエ●

今年話題のアマビエは、厚生労働省のコロナ感染拡大防止のアイコンとしても使用しております。国民の皆さまより、応援の作品やグッズ、お手紙もいただきました。ありがとうございます。今後も新型コロナ対策について、しっかり取り組んでまいります。

mhlw.go.jp/stf/covid-19/q...



9 comments, 93 retweets, 254 likes

更なる
反応

厚生省さんがお墨付きを与えた事で、色々な場所でアマビエ様を見かけます。便乗とか酷い事を言う人もTwitterでは見ましたが、素晴らしい判断だったと思います。COCOAアプリを起動させた時に表示されるのもいいですね。



おはようございます☀️
アマビエ様💕グッズすごくかわいいですね💕

皆様からたくさんの温かなエールが届いているのですね🌟素敵です💕

ファイト📣💪厚生労働省💕

8 likes