

外出自粛要請に関するQ&Aについて（群馬県）

○令和2年12月17日に第31回新型コロナウイルス感染症対策本部会議が開催され、「社会経済活動再開に向けたガイドライン（改訂版）」に基づき、令和2年12月19日から群馬県の警戒度を4に移行することを決定しました。

○これにより、県民の皆様は、生活に必要な場合を除き、不要不急の外出を自粛いただくことを決定しました。

○県民の皆様へは、日用品の買い物、通勤・通学・通院等を除き、不要不急の外出を自粛していただき、その上で、外出しなければならない場合について、県民の皆様は参考にしていただくための考え方を、Q&A形式でお示します。

1/7現在

No.	質問	回答
1 外出に際して		
①	外出自粛要請を出した理由や期間について教えてください	感染者数が急激に増加し、医療提供体制（特に病床稼働率）が深刻な状況に直面しており、年末年始の医療提供体制も手薄となります。専門家の意見も踏まえつつ、「先手の対策」を講じるということで、警戒度を4に引き上げ、外出自粛要請を行っています。病床は全県で運用していることから、全県で感染者が減少しないと、医療を守ることが出来ないため、全県を対象としています。期間については、12月19日から1月25日までとしています。
②	これまでの分析による感染リスクが高い場면을教えてください	「普段どおりの生活」で感染が広がっていると思われます。県内で感染が多いケースとしては、 ①職場でのランチ ②友人とのドライブ ③忘年会 ④友人とのカラオケ ⑤親族を集めた法事 ⑥近所のお茶会 などです。 また、感染リスクが高まる「5つの場面」として ①飲酒を伴う懇親会等 ②大人数や長時間に及ぶ飲食 ③マスクなしでの会話 ④狭い空間での共同生活 ⑤居場所の切り替わり があげられます。 特に、仕事の休憩時間等の気の緩みや環境の変化により感染リスクが高まる場合がありますので注意してください。
③	「不要不急の外出」について、どのように判断すればよいですか。	「不要不急」の判断につきましては、個々の判断に委ねられますが、日用品の買い物、通勤・通学・通院など、生活に必要な場合を除き、外出は自粛していただくようお願いいたします。特に次の外出については極力控えてください。 ・1都3県（東京都、埼玉県、千葉県、神奈川県）への往来 ・夜間（午後8時以降）の外出
④	食料品を買うためスーパーや大型商業施設に行ってもよいですか。	食料品などの生活必需品を買うために、スーパーや商業施設に外出することを制限するものではありませんが、お出かけの際はできる限り少数で行動し、混雑を避け、レジ等に並ぶ際には前の人と距離を取るなど、3密を避ける工夫をお願いします。
⑤	食事のために飲食店、料理店へは行ってもよいですか。	飲食店に行くことを制限するものではありませんが、不要不急の外出を控えていただき、お出かけの際は混雑する時間を避ける、できるだけ他の客との距離を取るなど、3密を避ける工夫をお願いします。また、大学や職場等における飲み会については自粛していただき、可能な限りテイクアウトなども活用してください。
⑥	銀行に行ってもよいですか。また、ATMも使用の制限等がかかることはありますか。	銀行に行って預金の払い出しなど必要な手続きを行うことを制限するものではありませんが、並ぶ際には前の人と距離を取るなど、3密を避ける工夫をするともに、ATMを操作した後は手洗い、手指消毒をするなど感染症対策をお願いします。

No.	質問	回答
⑦	外出時における注意事項はありますか。	<p>厚生労働省から示されている「新しい生活様式」の実践をお願いします。例えば、</p> <p>①人との間隔は、できるだけ2m(最低1m)空ける。</p> <p>②出かけるときは屋内より屋外を選ぶ。</p> <p>③屋内にいるときや人と会話をするときは、症状がなくても必ずマスクを着用する。</p> <p>④まめに手洗い・手指消毒をする。家に帰ったらまず石けんで手や顔を洗い、できるだけすぐに着替える。</p> <p>⑤買い物などは計画を立てて素早く済ませます。</p> <p>⑥食事などの際は、対面ではなく斜め向かい、又は距離を置いて横並びで座る。</p> <p>⑦3つの密(密閉空間、密集場所、密接場面)を避ける。</p> <p>などが考えられます。</p> <p><例：通勤・通学・通院等></p> <ul style="list-style-type: none"> ・移動時（公共交通機関）はマスクを着用しましょう ・公共の場での会話は控えめにしましょう ・建物に入る際は必ず手指消毒しましょう <p><例：日用品の買い物等></p> <ul style="list-style-type: none"> ・移動時（公共交通機関）はマスクを着用しましょう ・計画を立てて短時間にしましょう ・少人数で行動しましょう ・建物に入る際は必ず手指消毒しましょう <p><例：必要な外出時の外食等></p> <ul style="list-style-type: none"> ・お店に入るときは必ず手指消毒をしましょう ・混雑していない時間に利用しましょう ・対面を避けましょう ・少人数で短時間にしましょう ・会話をする際はマスクを着用しましょう
⑧	都道府県をまたいでの移動は可能ですか。	都道府県をまたいでの移動につきましても、「不要不急の外出」にあたるか十分に検討をお願いいたします。また、移動先の都道府県が出している要請や感染状況などを十分確認した上で判断をお願いします。
⑨	イベントの開催・参加は可能ですか。	<p>イベントの開催にあたっては、一定の要件のもと開催することができますが、今後の感染状況によっては、要件が変更となる場合もあります。（詳細は「社会経済活動に基づくガイドライン（改訂版）」に基づく要請をご確認ください。 https://www.pref.gunma.jp/05/am49_00064.html）</p> <p>イベントに参加する際には、不要不急かどうかを十分に検討をお願いいたします。参加する際は、人と人との距離の確保やマスクの着用など基本的な感染対策や「新しい生活様式」の徹底をお願いします。</p>
⑩	公共交通機関を利用せざるを得ないが、注意すべきことはありますか。	<p>駅等の施設や車両内において、利用者間で感染が生じないように、次のことに注意していただく必要があります。例えば、</p> <p>①可能であれば、混雑しない時間帯に利用していただくこと</p> <p>②利用時にはマスクの着用をし、降車後に手洗い、手指消毒を行うこと</p> <p>③乗車人数が多くない場合には、利用客間の席を離して座ること</p> <p>④窓が開く場合には、空調の妨げにならない程度開けておくこと</p> <p>などが考えられます。</p>
⑪	多くの人が触る手すりやエレベーターのボタンなどからの感染を防ぐにはどうしたらよいですか。	施設の共用部分を利用した後は、目、鼻、口には触れず、こまめな手洗いや手指消毒をお願いします。
⑫	病院や診療所に通院することも制限されますか。	病院や診療所に行くことを制限するものではありません。ただし、病院や診療所によっては診療時間が変更されている場合もありますので、受診前に電話等で確認するとともに、熱などがあるときには症状を伝えて受診の相談をするようにしてください。通院の際には必ずマスクを着用するとともに、病院等の入口などに設置してある手指消毒液で手指衛生を行いましょう。
⑬	病院や薬局に行かなくても、お薬はもらえますか。	感染拡大防止の観点から、特例的に病院や薬局に行かなくても薬をもらえるケースがありますので、詳しくは、かかりつけの医療機関及び薬局にご相談ください。
⑭	病院に入院している家族に面会したいのですが。	感染拡大防止のため、各医療機関に直接面会の禁止をお願いしております。各医療機関の指示に従っていただきますようお願いいたします。
⑮	選挙で投票へ行くことは可能ですか。	投票へ行くことは可能です。各市町村の投票所では感染症予防対策に努めていますが、投票所に人が集中しないよう期日前投票を利用するなどのご協力をお願いします。
2 高齢者向けサービスの利用について		
①	困った時は、どこに相談すればよいですか。	市町村の介護保険窓口や居宅介護支援（ケアマネ）事業所が利用できます。電話やメール等でご相談ください。
②	高齢者向けの各種サービス(通所系・短期入所系・訪問系等)の利用はできますか。	<p>利用できます。ただし、発熱や体調不良がある場合、次のとおりお願いします。</p> <p>①デイサービスは利用をやめていただき、困った時（代替サービスが必要な時等）は、居宅介護支援（ケアマネ）事業所に、ご相談ください。</p> <p>②ホームヘルプは、利用する前に、各事業所又は居宅介護支援（ケアマネ）事業所に、ご連絡・ご相談ください。</p>
③	特別養護老人ホーム（介護老人保健施設）に入所している家族に面会したいのですが。	感染防止のため、直接面会の制限をお願いしております。各施設の指示に従っていただきますようお願いいたします。

No.	質問	回答
④	通所系の介護保険サービス事業所において、共有スペースでの活動を行ってもよいですか。	<p>事業所においては、利用者の廃用症候群防止やADL維持等の観点から、一定の活動やリハビリテーションを行うことは重要です。一方で、感染拡大防止の観点では「3つの密」を避ける必要があることから、共有スペースでの活動を行う際は、次のことに留意してください。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・職員、利用者ともに手洗い、手指消毒を徹底する。 ・活動の実施に当たっては、可能な限り同じ時間帯、同じ場所での実施人数を減らす。 ・定期的に換気を行う。（1時間に10～15分程度） ・利用者同士の距離について、互いに手を伸ばしたら手が届く範囲以上の距離を保つ。 ・常時、マスクを着用し、食事の時も外す時間は最小限とする。 ・清掃を徹底し、共有物（手すり等）については必要に応じて消毒を行う。 ・食事の際は向かい合わせに座らない、十分な距離をとるなど、利用者の配置に配慮すると共に、アクリル板を設置するなど飛沫感染防止対策を行う。
3 障害(児)者向けサービスの利用について		
①	困った時は、どこに相談すればよいですか。	<p>市町村窓口や相談支援事業所をご利用いただけます。電話やメールでの相談、必要な時には、面談もできます。ただし、発熱や体調不良がある場合は、外出を見合わせてください。</p>
②	障害者向けの各種サービス(通所・短期入所系、訪問系、移動・外出支援等)の利用はできますか。	<p>ご利用いただけます。ただし、発熱や呼吸症状などの体調不良がある場合は、まずは、利用を見合わせ、医療機関にご相談いただくとともに、ご利用の事業所や担当の相談支援専門員に連絡してください。</p> <p>また、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、一時的に事業所が休所となる可能性もありますので、その際にはお住まいの市町村や担当の相談支援専門員にご相談ください。</p>
③	障害者支援施設に入所している家族に面会したいのですが。	<p>感染防止のため、直接面会の制限をお願いしています。施設の指示に従っていただくようお願いいたします。</p>
④	通所系の障害福祉サービス事業所において、共有スペースでの活動を行ってもよいですか。	<p>事業所においては、利用者の廃用症候群防止やADL維持等の観点から、一定の活動やリハビリテーションを行うことは重要です。一方で、感染拡大防止の観点では「3つの密」を避ける必要があることから、共有スペースでの活動を行う際は、次のことに留意してください。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・活動の実施に当たっては、可能な限り同じ時間帯、同じ場所での実施人数を減らす。 ・定期的に換気を行う。 ・利用者同士の距離について、互いに手を伸ばしたら手が届く範囲以上の距離を保つ。 ・声を出す機会を最小限にすることや、声を出す機会が多い場合は咳エチケットに準じてマスクを着用することを考慮する。 ・清掃を徹底し、共有物（手すり等）については必要に応じて消毒を行う。 ・職員、利用者ともに手洗い、手指消毒の励行を徹底する。
⑤	放課後等デイサービス事業所の利用はできますか。	<p>ご利用いただけます。ただし、発熱や呼吸症状などの体調不良がある場合は、まずは、利用を見合わせ、医療機関にご相談いただくとともに、ご利用の事業所や担当の相談支援専門員に連絡してください。</p> <p>また、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、事業所の開所時間が変更となる場合もありますので、その際にはお住まいの市町村や担当の相談支援専門員にご相談ください。</p>
⑥	放課後等デイサービス等において屋外活動を実施してよいですか。	<p>利用者のために必要な場合には、屋外活動の実施も可能です。ただし、感染拡大防止の観点から「3つの密」を避けるとともに、職員、利用者ともに活動前後及び活動中の手洗い、手指消毒の励行を徹底してください。</p>
4 子育て支援等について		
①	保育所、認定こども園、放課後児童クラブ等は利用できますか。	<p>利用できます。</p> <p>各施設とも感染防止対策に留意しながら通常保育等を行っております。発熱や呼吸器症状などの風邪症状がある場合は利用をお控えください。また、各ご家庭においても手洗い等の感染防止対策にご協力ください。</p> <p>なお、市町村によっては感染予防等の観点から自粛を要請する可能性もありますので、詳しくは、市町村や各施設にお問い合わせください。</p>
5 県立学校の対応等について		
①	また、分散登校になりますか。	<p>県立学校においては、集団感染等が発生していないことから、引き続き通常登校とします。</p> <p>ただし、今後の感染状況によっては、必要に応じて分散登校等の対応を行うこともあります、引き続き感染防止対策へのご協力をお願いいたします。</p>
②	授業への影響はありますか。	<p>授業時間の変更等は、現時点では予定していません。引き続き感染防止対策を徹底した上で授業を行う予定です。</p>
③	修学旅行はどうなりますか。	<p>修学旅行については、訪問先の感染状況等も踏まえ、各学校において慎重に判断することとしています。</p>
④	学校行事はどうなりますか。	<p>3密を避けるなどの感染防止対策を徹底した上で実施する予定ですが、県外を訪問したり、宿泊を伴ったりする行事については、必要性も含めて慎重に判断することになります。</p>
⑤	部活動はどうなりますか。	<p>「警戒度4」の段階では、通常登校時は学校内での部活動を継続とします。なお、活動する際は、競技特性や活動内容に応じた感染防止対策を徹底することとしています。</p> <p>対外試合や合同練習、宿泊を伴う活動及び冬季休業期間中の部活動は自粛とします。ただし、全国大会等への参加及びそのための練習は除きます。</p> <p>今後の感染状況によっては、対応が変わる場合もありますので、詳しくは、在籍している学校に相談してください。</p>
⑥	アルバイトを行ってもよいですか。	<p>原則、禁止としています。ただし、経済的な理由などやむを得ない事情がある場合には、学校へ相談してください。</p>
⑦	感染への不安があり登校しない場合などは欠席になるのですか。	<p>各学校では感染防止対策を徹底していますが、感染の状況を踏まえ、感染への不安があり登校できない場合には、欠席としては扱わないこともあります。</p> <p>詳しくは、在籍している学校に相談してください。</p>

No.	質問	回答
6 事業者向け		
①	事業者に求められる感染防止対策としてはどのようなことが考えられますか。	<p>① 病み上がりの方、体調不良気味の方、発熱など風邪の症状がある方には利用を遠慮していただく</p> <p>② 利用客間の席を離す</p> <p>③ 利用客が接触・接近しないようにするための入場整理及び入場制限</p> <p>④ 利用客に接触確認アプリ（COCOA）のインストールやLINE「群馬県新型コロナウイルス対策パーソナルサポート」の活用を促す</p> <p>⑤ 手指消毒液の設置・マスクの着用等の周知</p> <p>⑥ 利用客が施設内で発症した場合にあらかじめ備える（事案発生時の対応、事後の施設の消毒など）</p> <p>⑦ 「ストップコロナ！対策認定制度」への申請・登録を行う</p> <p>⑧ 従業員のテレワークやローテーション勤務、時差通勤、オンライン会議の開催</p> <p>⑨ 従業員の昼食時や休憩時間にマスクを外す場合は近い距離で会話をしない</p> <p>また、それぞれの業界、事業者の皆様において、上記の内容等を盛り込んだ感染防止対策ガイドラインを作成し、徹底していただく必要があります。</p>
②	テレワークの導入について、相談できる窓口はありますか。	<p>テレワークなどの在宅勤務は感染防止に有効です。全部の業務が無理でも、一部の業務をテレワークに切り替える、交代勤務にして一度に集まる人数を減らす、などの感染のリスクを減らすことはできます。テレワークの導入や助成制度については、厚生労働省や総務省で、相談窓口を設けていますので、相談してください。</p> <p>なお、群馬県でもテレワーク導入セミナーの開催や支援動画を作成し、県HPで公開していますのでご覧いただきご参考にしてください。</p> <p>※厚生労働省テレワーク相談センター https://www.tw-sodan.jp/ 0570-550348</p> <p>※総務省 テレワークマネージャー派遣事業 https://www.nttdata-strategy.com/r01telework/</p> <p>※総務省 テレワークのセキュリティあんしん無料相談窓口 https://www.lac.co.jp/telework/security.html</p> <p>※群馬県 テレワーク導入セミナー https://www.gunma-pref.com/telework2020/</p> <p>※群馬県 テレワーク導入支援動画 https://www.pref.gunma.jp/06/g22g_00161.html</p>
7 県の施設や各種行政手続について		
①	県の施設の利用はできますか。	<p>県の施設は、感染防止対策を徹底した上で開館しています。</p> <p>ただし、臨時休館や一部休館、予約制などの対応をとる施設もありますので、お出かけの際にはあらかじめ県ホームページをご覧ください。施設までご確認をお願いします。</p> <p>【県ホームページ（新型コロナウイルス感染症の拡大防止に係る県施設の休業）】 https://www.pref.gunma.jp/07/z87g_00010.html</p> <p>なお、市町村立の施設は、各市町村にお問合せください。</p>
②	最近転居しました。外出を自粛した場合、住民票の転入届や転居届を14日以内に市町村に提出することができませんが、問題はないのですか。	<p>転入の届出は、事由が生じた日から14日以内に行わなければならない、正当な理由なく14日を経過した場合には、5万円以下の過料の対象となります。</p> <p>しかし、今般の新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響に伴う諸情勢等に鑑み、当分の間は「正当な理由」があったものとみなされますので、過料の対象にはなりません。</p> <p>ただし、転入等の届出が遅れる場合、児童手当、学校・幼稚園・保育所関係、健康保険、介護保険などの各種行政サービスに影響が生じる場合がありますので、あらかじめ各市町村の担当課へご確認いただくことをおすすめします。</p>
③	納税に関する相談・申請手続等を行いたいのですが、県税事務所は開設していますか。	<p>従来と変わらず県税窓口は開設しています。お越しの際は、マスクの着用等の感染防止対策をお願いします。事前に電話をいただければ、お持ちいただくものなどをご案内させていただきます。納税に関する相談は、電話でも受け付けています。</p> <p>また、新たな納税方法として、今年度からスマートフォンアプリ（LINE Pay、PayPay）による納税を導入しました。既に導入済のインターネットからのクレジットカード納税とあわせ、窓口にお越しいただくなくても、自宅から納税ができます。</p> <p>さらに、次の申請等の手続については郵送でも受け付けていますので、下記までお問い合わせください。 (群馬県ホームページの「TAXホームページ」もご覧ください。) https://www.pref.gunma.jp/cate_list/ct00000712.html</p> <p>【郵送での申請等が可能な手続】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・新型コロナウイルス感染症の影響により納税が困難な場合の徴収猶予（特例）の申請 ※令和3年2月1日までに納期限が到来する県税が対象で、納期限までに申請することが必要ですので、ご注意ください。 《問合せ先》各行政県税事務所 ・融資を受ける場合等に必要となる県税納税証明書の請求 《問合せ先》各行政県税事務所 ・不動産取得税の住宅用土地等に係る軽減の申請 《問合せ先》各行政県税事務所 ・自動車税（種別割）の身体障害者等に係る減免の申請 《問合せ先》自動車税事務所 ※各行政県税事務所、自動車税事務所の問合せ先はこちらをご覧ください。 https://www.pref.gunma.jp/04/a4310007.html
④	建築関係許可の申請書類、許認可等の相談について、各窓口へ行ってよいですか。	<p>窓口に来ることを制限するものではありませんが、可能な限り、申請書等は郵送にて行い、相談等はメール、FAX等の利用を推奨します。</p>
⑤	有償頒布行政資料は購入できますか。	<p>購入することはできますが、発熱や体調不良の方の来庁はお控えください。</p> <p>有償頒布資料は、お近くの行政県税事務所でも購入することができます。</p>
⑥	パブリックコメントは閲覧できますか。	<p>来庁して閲覧していただくことはできませんが、群馬県ホームページでも公開しておりますので、なるべくホームページをご覧ください。</p> <p>https://www.pref.gunma.jp/07/bj0100009.html</p>
⑦	砂防指定地等に係る許可申請及び岩石・砂利採取の認可申請、許認可等の相談について、各窓口へ行ってよいですか。	<p>窓口は各土木事務所になります。窓口に来ることを制限するものではありませんが、可能な限り、申請書等は郵送にて行い、相談等はメール、FAX等の利用を推奨します。また、指定地図面の縦覧についても、不急のものであればこの時期の縦覧はお控えください。</p>
⑧	建設業許可や経営事項審査等の申請、届出書類、許可等の相談、許可情報の閲覧のため、来庁してもよいですか。	<p>申請書等の提出は郵送（証紙貼付のものは書留等）で、相談やお問い合わせは電話やFAXでお願いいたします。</p> <p>閲覧は、毎週月曜日から木曜日まで、事前予約により時間制で実施しております。必ず事前に予約いただいた上で来庁ください。</p> <p>閲覧予約電話：027-226-3524</p>