

新型コロナウイルス感染対策

しょうね

基本の感染症対策

マスク着用

症状がなくてもつける
せきエチケットも忘れずに
※置場は熱中症にも注意を!

距離をとる

2m (最低1m)

帰宅後は手や顔を洗い
できるだけ
すぐ替えてシャワーを

手洗い

せっけん
30秒!

うがい
もね!

3密を避けよう!

密閉空間

換気をしっかり

**多くの人が
密集する場所**

密接する会話

離れて
マスクを!



新しい生活様式を実践しましょう

買い物

電子決済も活用

通販も利用

マスク着用で空いている時間に

計画を立てて素早く

レジに並ぶ時は、前後にスペース

娯楽・スポーツ

筋トレやヨガは自宅動画活用

狭い部屋での長居を避ける

公園は空いた時間、場所を選ぶ

ジョギングは、距離をとって少人数で

歌や応援は、距離をとるかオンラインで

食事

おしゃべりは控え
出来る限り
対面ではなく
横並びで食べる

テイクアウト
デリバリーも
利用する

大皿を避け、個別のお皿で食べる

お酌、まわし飲みをしない

屋外空間で気持ちよく

冠婚葬祭

大人数での会食を避ける

発熱、風邪症状があったら参加しない

**帰省や旅行を
控えめに**

受入れ体勢が整っている地域以外行かない

今はがまん

**公共交通機関は
混雑時を避け
おしゃべりは
控える**

徒歩
自転車も
併用

働き方

会議はオンラインで

テレワークやローテーション
時間差通勤を取り入れる