

◆新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のために◆

# 「新しい生活様式」を実践しましょう



## 基本的な感染対策



密集回避



密接回避



密閉回避



換気

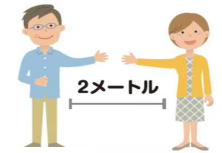


咳エチケット



手洗い

- ☑こまめに手洗い・手指消毒
- ☑咳エチケットの徹底（外出時はマスク着用）
- ☑3密（密集・密接・密閉）を避ける
- ☑人との間隔はできるだけ2m（最低1m）
- ☑会話は可能な限り真正面を避ける
- ☑窓を開け、こまめな換気（1時間に5～10分程度）
- ☑地域の感染状況に注意する

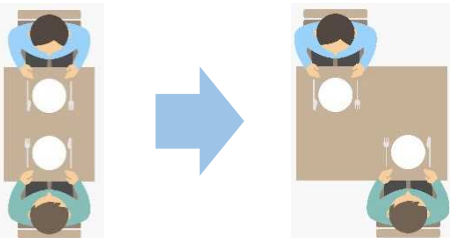


## 買い物



- ・1人または少人数で空いた時間に
- ・計画をたてて素早く済ます
- ・展示品への接触は控えめに
- ・レジに並ぶときは、前後にスペース
- ・電子決済を利用する
- ・通販も利用する

## 食事



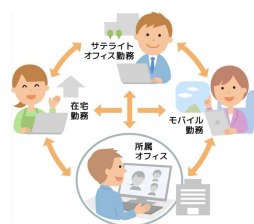
- ・対面を避けるなど座り方を工夫する
- ・おしゃべりは控えめに
- ・大皿は最初に取り分ける
- ・お酌は控え、回し飲みはしない
- ・持ち帰りやデリバリーも活用

## スポーツ・娯楽等



- ・散歩やジョギングは少人数で
- ・すれ違うときは距離をとる
- ・公園は、空いた時間、場所を選ぶ
- ・施設利用時は予約して混雑を避ける

## 働き方



- ・テレワーク、ローテーション勤務の導入
- ・時差出勤でゆったりと
- ・オフィスはひろびろと
- ・会議はオンラインを活用
- ・打合せはマスク着用、スペースの確保

