

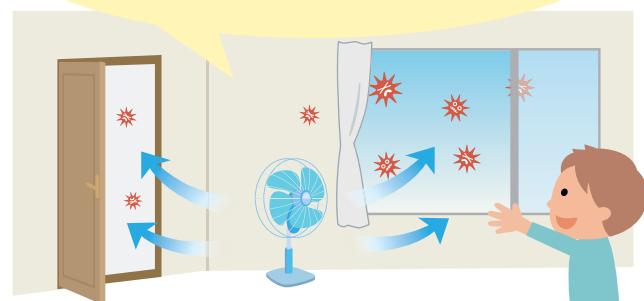
# 「密閉」「密集」「密接」しない!

● 「ゼロ密」を目指しましょう。屋外でも、密集・密接には、要注意！

他の人と  
十分な距離を取る！



窓やドアを開け  
こまめに換気を！



屋外でも密集するような  
運動は避けましょう！

少人数の散歩や  
ジョギングなどは大丈夫



飲食店でも距離を取りましょう！

- ・多人数での会食は避ける
- ・隣と一つ飛ばしに座る
- ・互い違いに座る



会話をするときは  
マスクをつけましょう！

5分間の会話は  
1回の咳と同じ



電車やエレベーターでは  
会話を慎みましょう！

