

# 新しい生活様式

感染予防の3つの基本：①「身体的距離の確保」②「マスクの着用」③「手洗い」

①



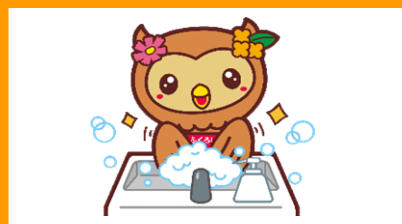
人との間隔は、  
できるだけ2m  
(最低1m)

②



・症状がなくても  
マスク着用  
・状況に応じて、適宜  
マスクを外しましょう

③



手洗いは30秒程  
度、水と石けんで  
丁寧に

## 【基本的な生活様式①】



・毎朝  
体温測定、  
健康チェック

## 【基本的な生活様式②】



・こまめに換気  
※エアコン使用時は、  
換気扇や窓を開けて

## 【買い物】



・レジに並ぶときは、  
前後にスペース  
・1人または少人数で  
空いた時間に

## 【公共交通機関の利用】



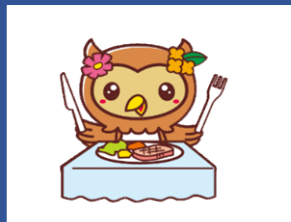
・会話は控えめに  
・混んでいる時間帯  
は避ける

## 【娯楽・スポーツ等】



・公園は空いた時間、  
場所を選ぶ  
・ジョギングは少人数  
・すれ違うときは距離  
をとるマナー

## 【食事】



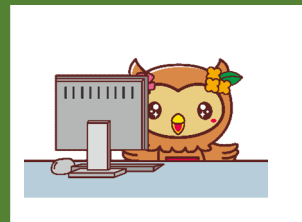
・持ち帰りやデリバ  
リーを活用  
・大皿を避け、料理  
は個々に

## 【冠婚葬祭等の親族行事】



・多人数での会食を  
避ける  
・発熱・風邪症状がある  
場合には参加しない

## 【働き方】



・会議はオンライン  
・テレワークやロー  
テーション勤務