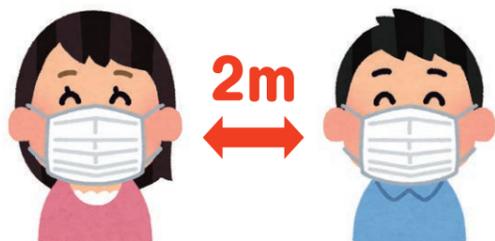


# 新型コロナウイルス感染症と戦う// チーム尾道「新しい生活様式」

## 一人ひとりの基本的感染対策

※厚生労働省「新しい生活様式の実践例」を基に作成 図健康推進課(☎0848-24-1962)



人との間隔は**2m**  
(最低でも**1m**)



遊ぶなら**屋外**



帰宅時には**手や顔を洗う**  
すぐ着替える/シャワーを浴びる



外出時、会話をするときには  
**マスクを着用**



**毎朝の体温測定**  
発熱がある場合は自宅療養

- 会話の際は、可能な限り**真正面を避ける**
- 手洗いは**30秒程**かけて**水と石鹸で丁寧に洗う**
- こまめに換気
- 誰とどこで会ったかメモ

## 日常生活の各場面での生活様式



通販・電子決済の利用

買  
い  
物



計画を立てて素早く



ジョギングは少人数  
すれ違うときは距離を

娯  
楽  
・  
ス  
ポ  
ー  
ツ



歌や応援は十分な距離か  
オンライン



大皿は避け料理は個々に

食  
事



おしゃべりは控えめに



テレワークや時差出勤を

働  
き  
方



向かい合わない  
しっかりとした換気を