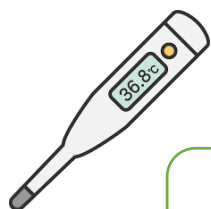


# うつらない、うつさない」新しい生活様式で 地域活動をしましょう！

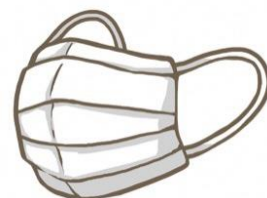
体調が悪い時は必ず参加を控えましょう



参加前には  
体温を測りましょう

必ずマスクを着けましょう

咳エチケットを  
徹底しましょう



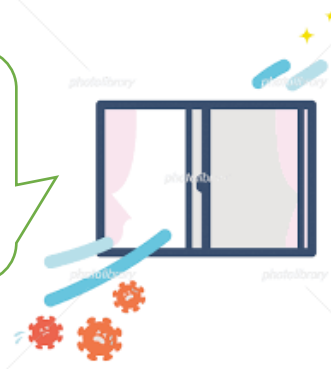
手洗い・手指の消毒をしましょう

石鹸での手洗  
いでも十分な  
ウイルス対策  
になります。



換気をしましょう

エアコン使用時も  
30分に1回  
数分程度が目安



会議室は密にならないようにしましょう

間隔を空けて座りましょう。



水分補給は  
こまめに  
しましょう。

飲食を伴うものは控えましょう

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



◆複数の人が触る物（囲碁・将棋の駒やカラオケのマイク、椅子やテーブル等）は使用後にアルコールで拭きましょう。

◆基本的な感染防止対策に留意して活動してください。