

### 3 感染リスクを下げる方法をご存じですか？

○専門家からの報告では、「症状のない方にとって、屋外での活動や人との接触が少ない活動の他、一定程度の距離をとった会話は、感染リスクが低い」とされております。



- ◆会話は、手を伸ばして相手に届かない程度の距離をとるか、**自分から飛沫を飛ばさないようマスクを装着**することが望ましいとされています。
- ◆買い物は、混雑していない時間帯を選ぶといった配慮が必要です。
- ◆散歩やジョギング等は、感染リスクが低いとされています。
- ◆特に、若者の皆様のご理解とご協力をお願いします。

