

「With コロナ」の
~新しい 生活の 例~



あなたと 大切な人の 命を 守るために、新しい 生活をしましょう

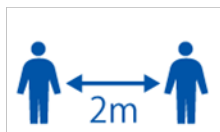
コロナウイルスの 病気に ならないため



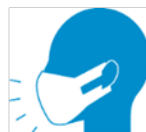
「風が通らない」「たくさん
の人」「近くに 集まる」
場所に 行かない



家に 帰ったら、
手や 顔を 洗う



人と 2m 離れる



外に 出るとき、人と 話す
ときは マスクを つける

※人と 2m離れる ときは、体が 熱く
ならないように、マスクを 外してもいいです

まいにち 生活
毎日の 生活

- 買い物には インターネットも 使う
- 現金を 使わない 支払い
(電子マネーなど)
- 食べ物は 買って 家に 持ち帰ったり
家まで 届けてもらう
- 食事のときは 横に 並んで 座る
- 電車や バスでは 人と あまり 話さない
- 混んでいる時間は 避ける

はたら 働く とき

- 家で 仕事をする
- 交代で 仕事に行く
- 混んでいる時間を 避けて 仕事に 行く
- 働く ところは、広く 間を 空ける
- インターネットを 使った 会議
- 向かい合って 話をするときは
空気を 入れ替えて、マスクを つける

病気に つかからない・病気を うつさないために

- 毎朝 体温を 測って、体調を 確認してください。
- 高齢者、病気がある人、妊娠している人など、コロナウイルスの 病気に かかったときに
病気が ひどくなる リスクが高い 人と 会うときは、特に 注意してください。
- 熱や せきなど 風邪の 症状がある人は 無理をせず 家で 休んでください。
直接 病院に 行かないで ください。病院に 行く前に、いつも 行っている 病院や
下の 電話番号に 先に 電話して 相談してください。

外国人専用 相談できる 電話 092-687-5357 ※19言語で いつでも 相談できます

- 遠くへ 行くときは、その場所で 病気が 流行っていないか よく 注意してください。
- 病気になったときのため、誰と どこで あったか 書いておいてください。
- 病気を 広げないため、病気の 人に 近づいたことを 知らせる アプリを 使ってください。

アプリの 使い方や 詳しい 情報は 厚生労働省ホームページを 見てください。

http://mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/cocoa_00138.html

