

# 引き続き感染防止対策の徹底を

家庭で気を付けていただきたい

## 5つのポイント

### POINT 1 家庭に持ち込まない



会食をする際には感染予防を徹底し、普段一緒にいる人と家族や普段一緒にいる人以外と会食する際は特に注意

### POINT 2 家庭内で拡げない



風邪の症状がある場合は、家庭内でも注意行動を  
食事の時間をずらし、部屋を分ける  
同室で過ごす場合はマスクの着用

### POINT 3 車の中でも感染対策を



窓をあけ、適度な換気を  
マスクの着用



### POINT 4 基本的な感染対策も十分に



帰宅時及び飲食前には手洗い  
咳エチケットの実践  
部屋の定期的な換気と共有部分の消毒  
タオルの共有はしない

### POINT 5 コロナに負けない健康づくりを



栄養や休養をしっかりととり、ストレスをためない  
適度な運動の実施