

じしん たいせつ ひと まも
あなた自身とあなたの大切な人を守るために

できる **5** つのこと

がいしゅつ
1 外出はしないこと!



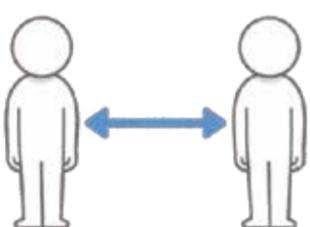
なるべく家で過ごしましょう。



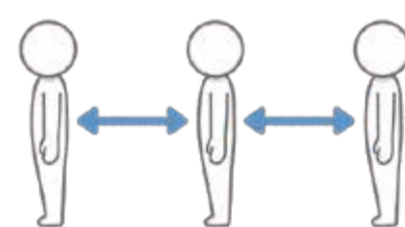
みつ さ
2 3つの「密」を避けること!



ひと ひと かんかく かくほ
3 人と人との間隔を2メートル確保すること!



はな きょり
お話しするときは、距離をとりましょう。



てあら せき かんせんよぼう
4 手洗い・咳エチケットなど感染予防すること!

しっかりとマスクをしたり、手を洗いましょう。



しょくりょうひん いやくひん か し
5 食料品や医薬品などの買い占めをしないこと!



ひつよう
必要なものだけを買しましょう。

