


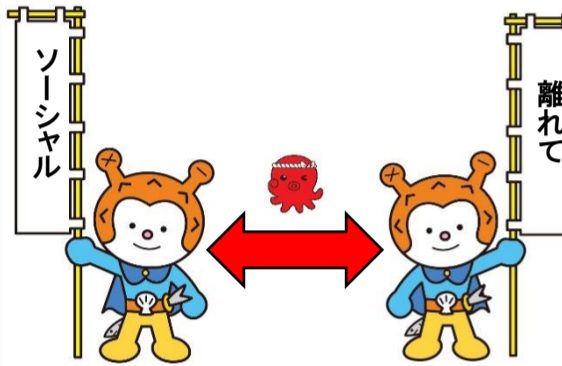

# 新型コロナウイルス危機宣言中

— 令和2年12月21日宣言 —





## マスクの着用にご協力お願いします







<p>家に帰ったら こまめに</p>  <p>食事の前 時間を とります</p> <h3>手洗い</h3>	<p>ソーシャル</p>  <p>離れて</p> <h3>1m以上の距離</h3>	<h3>換気を</h3>  <p>おこないます (30分に1回以上)</p>
---	--	--

### ～3密の回避～

### ～静かなマスク会食～

 <p>密集 ・ 密接 ・ 密閉</p>	<p>会話の際にはマスクを着用しましょう！</p>  
---	---

### ～日常生活で気をつけること～

 <h4>体調確認・予防対策</h4>  <ul style="list-style-type: none"><li>■ 朝起きたら、体温測定・健康チェックを行う</li><li>■ 発熱や風邪症状があったら、無理せず療養</li><li>■ 外出時は必ずマスクの着用(会話の際もマスク)</li></ul>	 <h4>その他</h4>  <ul style="list-style-type: none"><li>■ お部屋の換気はこまめに行い、適切な湿度を保つ</li><li>■ 適度な運動を行い、バランスの良い食事を取り、十分な睡眠を取る</li><li>■ 口呼吸ではなく、鼻呼吸を意識する</li></ul>
---	---