

新型コロナウイルス感染拡大防止  
「3密」を避けるために  
市民一人ひとりができること

## ①「密閉」空間にしないよう、こまめな換気を！

- ◆窓がある場合、風の流れることができるように、なるべく、**2方向の窓を、1回、数分間程度、全開**にしましょう。**1時間につき2回以上**換気しましょう。
- ◆家庭用エアコンは、空気を循環させるだけで、換気を行いませんので、窓をあけて換気を行ってください。  
乗用車などのエアコンでは、「**外気モード**」にしましょう。

## ②「密集」しないよう、人と人の距離をとりましょう！

- ◆他の人とは互いに手を伸ばして届かない十分な距離(**2メートル以上**)を取りましょう。
- ◆スーパーのレジなどで列に並ぶときは、前の人に近づきすぎないように注意しましょう。

## ③「密接」した会話や発声は、避けましょう！

- ◆対面での会議や面談が避けられない場合は、**十分な距離を保ち**、マスクを着用しましょう。
- ◆エレベーターや電車の中などでは、十分な距離がとれない場合があります。  
**会話**や携帯電話による**通話**を慎みましょう。