

# 感染拡大しやすい行動をしていませんか？

## 換気が悪い(密閉)

### マスクなし

- ☑ 飲食のためマスクを外す  
(自己防御が緩む)
- ☑ お酒が入ると声が大きくなる  
(飛沫が飛ぶ)

### **濃厚接触**

### 1m 程度の近い距離

- ☑ 大人数になる(密集)
- ☑ とたりの人との距離が  
近くなる(密接)

### 15 分以上の接触

- ☑ 長時間に及ぶ接触
- ☑ 他グループとの  
合流や移動

体調がすぐれない時や  
かぜ気味程度でも  
自己防御の緩みやすい  
会合やモアイといった  
ひとの集まる場所への  
参加は控えましょう。

