

5つの「岡山ルール」

5 外出
削減

生活必需品の買い物も含めて

4 会食
人以下

2時間以内で家族や毎日会う人たちと

3 NO密
密回避

NO 密閉・密集・密接

2 移動前後
週間 体調管理

お盆や長期休暇の帰省、旅行など、感染拡大地域との往来は避けて

1 守る
枚のマスク

ワクチン接種後も、あなたとあなたの大切な人を守る

0 感染
リスク
近づけよう

みんなで守ろう



思いやりの「夏のマスクコード」



話すときは

マスク会話

休憩時間などは、つい気が緩みがちなので特に注意を

ケース 1 マスクを外して更衣室や喫煙室で談笑して感染拡大

食事の際は

マスク会食

野外での飲食も含め、マスクを外すのは飲食中だけに

ケース 2 友人5人とその家族が集まり、マスクなしでバーベキューをして全員感染

おうちでマスク

県外と往来した家族がいる場合、2週間はマスクを

ケース 3 感染拡大地域から大学生が帰省し、両親と祖父母の家族全員が感染

屋外で人と2m以上離れているときはマスクを外して熱中症予防を!