

COVID-19 (新型コロナウイルス) : リスクを減らしましょう

リスクの低い選択をすればするほど、COVID-19に感染したり、感染を拡大することからより身を守ることができます。

COVID-19: REDUCE YOUR RISK (Japanese)

最も安全

最もリスクが高い

フェイス カバリング (顔の覆い)		みんなマスク やフェイス カバーを している	ほとんどの人 がマスクを している	マスクをして いる人もいる	誰もマスクを していない
ソーシャル ディスタンス (身体的距離)		直接人と 接しない； バーチャル のみ	他の人と 6フィート (2メートル) 以上距離を あける	他の人と 6フィート (2メートル) 以下距離を あける	真正面に 立つ、 ハグする、 握手をする
飛沫拡散		普通に 呼吸する	話したり、 荒い呼吸 をする	叫ぶ、 怒鳴る、 または歌う	咳をしたり、 くしゃみをする
場所		屋外の広場	屋外で屋根の 下 (ガゼボ、 屋根付き ベランダ)	通気の良い 広い室内	通気のわるい 狭い室内
食品		自分の食品 のみ持ち込み、 またそれの みに触れる	手の衛生が 良い状態で すでに分けた 食品を 提供する	自分の箸を 使って家族 のように 食事する	皿、箸、 コップを 共有する
グループ		1世帯の 住民のみ	小グループ (2世帯で 10人以下)	10人以上の 大きな グループ	異なった地域 から来た 人たちとの 大規模な 集まり

最も安全

より安全、多少のリスクあり

最もリスクが高い

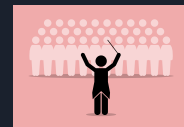
例



一緒に住んでいる
人たちだけと家に
いる



小さい屋外の集まり、他の人と最低
6フィート (約2
メートル) 距離
を保つ



小さな部屋で
大人数の合唱団
と歌う

常に覚えて
おいて下さい



手をまめによく洗うことは、すべての状況下で
リスクを軽減します。石鹸と水がない場合は、
少なくとも60%のアルコールを含む手の消毒
剤を使用してください。



軽い症状を感じたら、医療機関
を受診する以外は家にいてくだ
さい。