

高齢者が人との接触を8割減らす、10のポイント

緊急事態宣言の中、だれもが感染する、誰でも感染させるリスクがあります。新型コロナウイルス感染症から、あなたと身近な人の命を守れるよう、日常生活を見直してみましよう！

自
宅でも
楽しみみつけて
趣味活動



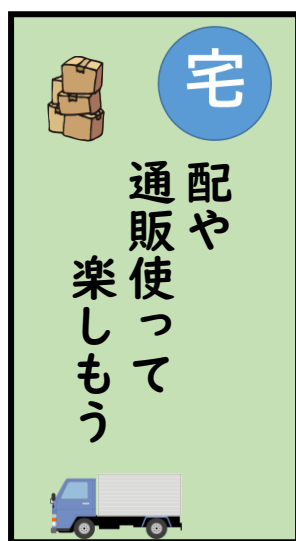
電
話でも
帰省はできる
繋がれる



運
動は
テレビやラジオで
ご自宅で



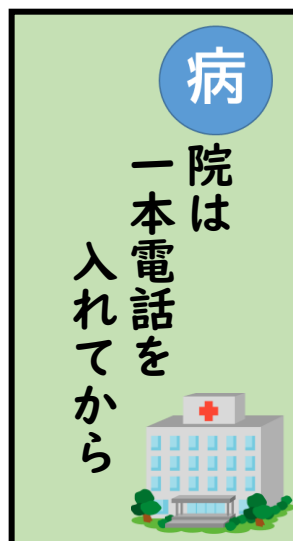
宅
配や
通販使って
楽しもう



買
い物は
すいてる時間に
おひとりで



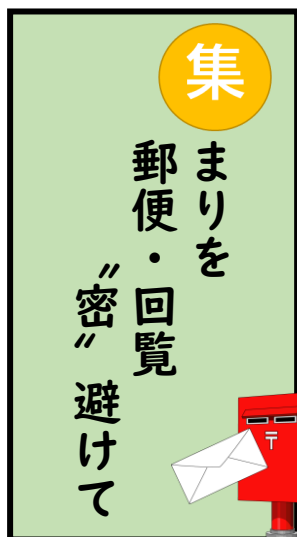
病
院は
一本電話を
入れてから



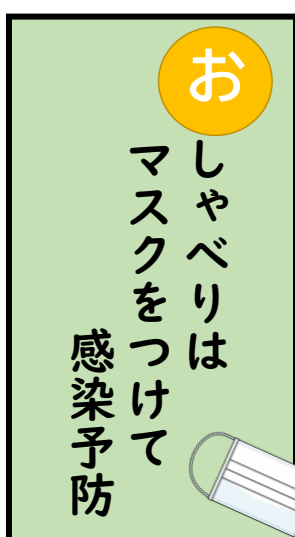
す
いた時間
少人数で
ウォーキング



集
まりを
郵便・回覧
“密”避けて



お
しゃべりは
マスクをつけて
感染予防



予
防には
手洗い・換気
咳エチケット

