

場面問わず取り組むこと

- ▶ 食事は同居の家族以外とは
しないてください
- ▶ 体調に異変があるときは
家族全員で検査を受けてください

生活で取り組むこと

- ▶ 外出半減のために、外出前に必要性を確認してください
- ▶ 買い物は 3 日に一度、まとめ買いをしてください
- ▶ 店に入るのは一人だけにしてください
(家族は車やおうちで留守番を)

職場で取り組むこと

- ▶ 出張せずにウェブ会議にしてください
- ▶ 出勤せずにテレワークをしてください
- ▶ ランチは一人で食べてください