

新型コロナウイルス感染症は、咳・くしゃみや、2m以内でマスクをせずに会話を行うことで生じる飛沫が**目・鼻・口**に入ることによって感染します（**飛沫感染**）。また、**ウイルスがついた手で目・鼻・口に触れること**によって感染します（**接触感染**）。

感染を防止するための行動を**自ら考え実践**しましょう。

- 感染防止の3つの基本（**身体的距離の確保、人込みの中でのマスク着用、手洗い**）を徹底しましょう。
- 「**3つの密**」（密閉、密集、密接）を回避しましょう。
- 毎日の**健康チェック**を欠かさずに行いましょう。風邪症状があるときは、外出を避け、症状が長引くときや息苦しさや高熱などの**強い**症状がある時は、かかりつけ医や保健所に相談しましょう。