

# オホーツク管内の皆様へ

人の移動や会食機会が一層活発化する時期に備え、  
人との距離をとる、手洗い、咳エチケット、マスク着用のほか、  
次の“**3つの場面での行動**”を徹底しましょう!!

## 1 外出の際には

体調が悪いときは、**外出を控えましょう!**

## 2 飲食の際には

「**密**」は避け、「**黙食**」を**実践**しましょう!  
もくしよく

4人までの**少人数**、**短時間**で、**深酒**をせず、  
**大声**を出さず、**会話**では**マスク着用**をお願いします!  
※花見の場面などでは混雑する場所を避け、宴会を控えましょう



## 3 学校や職場内では

**休憩場所**など、**感染リスク**が  
**高い場所**での**対策**を**徹底**しましょう!

風邪の症状が続く場合や、強い症状がある場合は、  
すぐに「**健康相談センター**」までご相談ください。

