

まいにち せいかつ
 毎日の生活で みんなに やってほしいこと
 あたら せい かつ よう し き
 ~ 新しい生活様式 ~

あなたの 命と 家族・友達・大切な人たちの 命を守るために できることを やりましょう！



て 手を 洗う



ま すぐ マスクを つける



ま ども 窓を あける



ひ と は な 人と 離れる



ひ と 人が たくさんいる ばしょに 行かない



あ さ たいおん はか 朝 体温を測る



か もの 買い物は インターネットも 利用



あそ 遊ぶときは 外で



う た 歌うときは おんらいん はな 動画が 離れて



うんどう 運動は すく にんすう 少ない 人数で



しょくじ ていくあうと 食事は テイクアウトか どりばりー も りよう デリバリーも 利用



いつ どこで なにを していたか メモする



こうえん ひ と すく 公園は 人が 少ない じかん に 行く



とれーにんぐは じぶん いえ 自分家で



ちが ちか ずれ違うときは 近づかない



たまには じてんしゃ 自転車でも 移動しよう



よこなら すわ 横並びで 座る



りょうり ひとりぶん 料理は 1人分ずつ



りょこう 旅行は ひかえる



きょうりよく 協力 してください