

# 場合別マスク着用の参考表

マスクは常に携行しましょう！

周囲の人の状況 屋内/屋外	自分1人のみ	同居人のみ	同居人以外の人々（事例の赤字は国通知の事例）			
			2m以上離れている		2m以内にいる	
			ほとんど会話無し	会話・発声あり	ほとんど会話無し	会話・発声あり
<b>屋内</b> ※1	<b>不要</b> 例) 1人で部屋で過ごす	<b>不要</b> 例) 家族で居間で団らん	<b>不要</b> 例) 図書館で席を離れて座り自習	<b>推奨</b> ※2 例) 離れた席でおしゃべり	<b>推奨</b> 例) 通勤電車・バスの中	<b>推奨</b> 例) 狭い会議室での会議、カラオケ、麻雀
<b>屋外</b>	<b>不要</b> 例) 1人で散歩や自転車	<b>不要</b> 例) 家族でハイキング	<b>不要</b> 例) 静かにランニング・サイクリング・釣り	<b>不要</b> 例) 密にならない外遊び・テニス	<b>不要</b> 例) 徒歩通勤、静かな行列、野外観劇	<b>推奨</b> 例) 繁華街・観光地の人混み、友人とBBQ、球技観戦

\* 就学前の子どもは、マスクは原則不要

\* 高齢者や基礎疾患のある人、またはそのような方と接する人は、マスク着用を推奨

\* マスク着用なしで咳やくしゃみをする際は、口鼻をハンカチやそででおおう(咳エチケット)

※1: 車内(電車、バス、自家用車等)を含む

※2: 十分な換気等の感染対策をしている場合はマスクを外すことも可