

# 市民のみなさまへ

新型コロナウイルス感染症対策・熱中症予防対策



## 屋外・屋内でのマスク着用について

夏場は、熱中症予防の観点から、マスクの必要のない場面では、マスクを外すことを推奨します。

- マスクの着用は、基本的な感染防止対策として重要です。
- 屋外では、人との距離（2m以上を目安）が確保できる場合や、会話をほとんどしない場合は、マスクを着用する必要はありません。
- 屋内では、人との距離（2m以上を目安）が確保できて、かつ、会話をほとんどしない場合は、マスクを着用する必要はありません。



### マスクを必要としない具体例

- ・ 屋外で、距離を確保して行う会話、会話をほとんどしないで  
行う散歩、運動、農作業、通勤、通学
- ・ 屋内で、会話をほとんどせず、距離を確保して行う読書  
など



※ 近距離（2m以内を目安）で会話をする場合は、屋内外問わず、マスクの着用を推奨します。また、マスクを着用する場合は、適切なエアコンの使用、こまめな水分補給などを行い、熱中症予防に努めましょう。



【お問合せ先】

陸前高田市防災局防災課

TEL: 0192-54-2111 (内線701~703)

厚生労働省HP



(このチラシは厚生労働省のホームページを参考に作成しています。)

令和4年7月作成