

# マスクを つけることについて

(R4.5.23基本的対処方針を基に危機管理・防災課で作成)

＜やさしい にほんご＞  
高知県の発表をもとに  
(公財)高知県国際交流協会作成

## マスクを つける とき／マスクを つけなくても いい とき

- 基本的(きほんてき)な 感染対策(かんせんたいさく)として マスクを つけることは たいせつです。
- 建物(たてもの)の 中(なか)で、人(ひと)と 2m以上(いじょう) はなれていて、話(はなし)を ほとんど しない ときは、マスクを つけなくても いいです。
- 建物(たてもの)の 外(そと)で、人(ひと)と 2m以上(いじょう) はなれているときは、マスクを つけなくても いいです。
- 会社(かいしゃ)へ いくときなど、外(そと)を 歩(ある)くときに 人(ひと)が いても 話(はなし)を ほとんど しないときは、マスクを つけなくても いいです。

	人(ひと)と 2m以上(いじょう) はなれています		人(ひと)と あまり はなれていません	
	建物(たてもの)の		建物(たてもの)の	
	中(なか) 〈注1〉	外(そと)	中(なか) 〈注1〉	外(そと)
はなしを します	マスクを つけましょう〈注2〉 	マスクを つけなくても いいです (事例1) 	マスクを つけましょう 	マスクを つけましょう 
はなしを ほとんど しません	マスクを つけなくても いいです 		マスクを つけましょう(事例3) 	マスクを つけなくても いいです (事例2) 

〈注1〉 空気(くうき)の ながれが ない、建物(たてもの)の中(なか)、地下街(ちかがい)、バスや電車(でんしゃ)の中(なか) など

〈注2〉 空気(くうき)の 入れかえが よく できている など 感染防止対策(かんせんぼうしたいさく)が できているときは マスクを はずしても よい。

(事例1) ランニングなど 人(ひと)と はなれている とき

(事例2) 会社(かいしゃ)へ あるいて いくときなどに、外(そと)で 人(ひと)と すれちがうとき

(事例3) 通勤電車(つうきんでんしゃ)の 中(なか)

※ 夏(なつ)は、熱中症(ねっちゅうしょう)に ならないように、外(そと)では マスクを はずしてください〔ちかくで 人(ひと)と はなしを しないとき〕

※ お年寄り(おとしより=おじいさんやおばあさん)と 会(あ)うときや 病院(びょういん)へ 行(い)くときなどは、マスクを つけてください。

## 小学生(しょうがくせい)に なっていない こどもの マスクについて

- 2歳(さい)に なっていない こどもは、マスクを つけないほうが いいです。
- 2歳(さい)以上(いじょう)の こどもは、マスクを つけなくても いいです。つけるときも あります。