

# ご自身や大切な人を守る この夏

～ 1 都 3 県の皆様へ ～



ワクチンを  
接種しよう

ウイルスから身を守る

## ワクチン

3回目・4回目の  
ワクチン接種を！



換気しよう

ウイルスを追い出す

## 換気

エアコン使用中でも  
こまめな換気を！



マスクは正しく  
着用しよう

うつらない、うつさない

## マスク

混雑する場所や会話時は  
正しく着用を！

**熱中症に注意しつつ**、引き続き**「感染防止対策」の徹底**をお願いします

### ■ ご家庭内では

- 外出前の**検温**と帰宅時の**手洗い・消毒**を
- エアコン使用中でもこまめな**換気**を
- **重症化リスク**や**症状**に応じた**検査・診療**を



### ■ 帰省・旅行時には

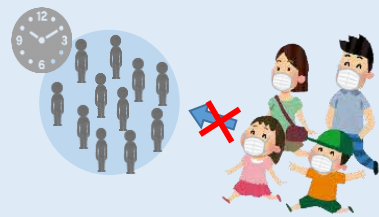
- **出発前**や**戻った際**には、できるだけ**検査**の活用を  
帰省・旅行先でも**感染防止対策**を**忘れずに**

### ■ 高齢者等と会う際は

- 正しくマスクを着用するなど、**感染防止対策の徹底**を

### ■ 外出や会食時には

- **発熱などの症状**があれば**外出**を控えて
- **混雑**している場所や時間をできるだけ**避け**、  
外出時は人との**距離**を**確保**
- **大声**は控え、**飲食時以外**は**マスク着用**
- **長時間の会食**はできるだけ控えて



**しっかり対策、ステキな夏を！**



埼玉県



千葉県



東京都



神奈川県