

## 1、マスクについて

- 平たい不織布のマスクにしてください（ガーゼ・ウレタンなどは濃厚接触者になる場合が多くあります。）
- 表に必ず名前を記載ください。（本人だと他人がみてわかるマーク的な名前で大丈夫です。）
- マスクの真ん中をさわってはいけない（唾液が湿っているため、外側に菌が付着している可能性もあるから）
- うがいや食事時は、マスクの両端をつかんで半分におり、マスクの外は外、内は内ということを守って、ひもを耳にかけたまま着脱してあごの奥にかけること。
- 鼻が隠れるようにマスクをすること（屋外では鼻や口がでていても可能だがその場合は1m以上離れること、会話をするときはマスクをつけること）
- マスクを顔からはずしてはいけない（落とす可能性が高くなるため）
- マスクを忘れたら1枚500円でつけてもらいます。
- 替えのマスクを5枚/日ジップロックにいれてナップザックのフアスナーのついたポケットにそのジップロックを入れること
- 毎晩使用したマスクの補充をすること。
- 汚れたマスクをいれる袋を5枚持参すること。ナップザックのフアスナーのついたポケットに1枚入れること

## 2、飲食については

- 1m以上離れて向き合わないよう配置する。
- マスクをあごにかけているときは声を出してはいけない。

## 3、手洗いについて

- ソープで1分以上洗うこと。蛇口をさわったらすぐにながさずもう一度ソープで手洗いすること。
- シンクに手をつけないように流すこと。
- ペーパータオル1枚で手をふき、お団子をつくるように丸めてかさばらないようにごみ箱にすてること。（ペーパータオルがないところでは自分のハンカチを使うこと）
- 手が完全に乾いてからアルコール消毒をすること。掌でポンプを押してはいけない、肘で押す。
- 必ず手洗いを都度すること、またハイキング時は軍手をする。

## 4、車中について

- マスクをすること、安全を確保したうえで窓を開けて換気を実施

## 5、白川郷での屋外アクティビティについて

- マスクをはずしてもよい。1m以上離れること、会話をするときはマスクをつけること
- 素手でパブリックスペースにある遊具などはさわらない