

국민 행동 지침

사회적 거리 두기 2단계 국민 행동 지침 안내

행동 지침

▶ 발열 또는 호흡기(기침, 인후통, 근육통 등) 등
몸이 아프면 외출·출근·등교하지 않기

▶ 의료기관 방문, 생필품, 구매, 출퇴근 외에,
불요불급한 외출·모임·외식·행사·여행 등은 연기하거나 취소하기

▲ **식사** 음식점·카페에서 식사하기보다는 포장·배달

*식사 시 감염사례가 다수 보고되어, 특히 식사를 동반하는 행사·모임은 연기하거나 취소 필요

▲ **운동** 체육시설에 가기보다는 집에서 홈트레이닝

▲ **친구·동료모임** 직접 만나기보다는 각자 집에서 비대면 모임(PC, 휴대폰활용)

▲ **쇼핑** 매장에 방문하는 것보다는 온라인 주문

▶ 외출 시, 마스크 착용 등 방역 수칙을 준수하고 환기 안 되고

사람 많은 밀폐·밀집·밀접(3밀) 된 곳 가지 않기

▲ **마스크 착용** 실내에서는 반드시 마스크 착용하고,
실외에서도 2M 거리두기가 어려운 경우 착용하기

*마스크를 벗게 하는 행위(음식 섭취, 노래 부르기, 응원하기 등)는 자제

▲ **거리두기** 사람 간 2M(최소 1M) 이상 거리 두기

▲ **침방울이 튀는 행위** (소리 지르기, 큰소리로 노래 부르기, 응원하기 등),
신체접촉 (악수, 포옹 등) 하지 않기