

再開に向けたO B山行の行動指針 「うつさない」「うつらない」

- ◇ 国、自治体**移動自粛情報の確認**（山行委員会が確認し山行可否を判断）
- ◇ 自分の体調チェック、次の場合は行かない。
出かける前に**体温測定**し平熱より高い場合
だるさ、咳などのわずかでも体調変化がある時
- ◇ 個人携行品
マスク
アルコールジェル（濃度60%以上）**食事前、トイレ後**に使用する。
ゴミ袋（ジップロックを推奨）
- ◇ 行動中（自分の飛沫が人にかからないための**行動マナー**）
密集しない。**1班5名**までとし、常時**2メートル以上**離れる。
混雑時、すれ違い時、休憩時はマスクを着用する。
息が上がらないように**ゆっくり歩く**。