

사회적 거리두기 2단계 국민행동 지침 (질병관리본부)
 保持社会距离第二阶段国民行动方针(疾病管理本部)

<국민 행동 지침>
<国民行动方针>

- ① 발열 또는 호흡기 증상(기침, 인후통, 근육통 등) 등 몸이 아프면
외출·출근·등교하지 않기
 ① 发热或者呼吸道症状(咳嗽,咽喉痛,肌肉痛等)身体疼痛不要外出,上班,上学
 * 38도이상 고열지속, 증상 악화시 콜센터(1339,지역번호+120)나 보건소 문의하기
 * 持续高热38度以上,症状恶化时候,询问呼叫中心(1339,区号+120)或保健所
- ② 의료기관 방문, 생필품 구매, 출퇴근 외에,
불요불급한 외출·모임·외식·행사·여행 등은 연기하거나 취소하기
 ② 除访问医疗机关,购买生活必需品,上下班以外,延期或取消非急需的外出·集会·在外就餐·活动·履行等
 - (식사) 음식점·카페에서 식사하기 보다는 포장·배달
 - (饮食) 比起在餐厅·咖啡厅进餐,最好打包·外卖
 * 최근 식사 시 감염사례 다수 보고되어, 특히 식사를 동반하는 행사·모임은 연기하거나 취소 필요
 * 近期吃饭时感染病例报告较多,特别需要延期或取消有聚餐的活动·聚会
 - (운동) 체육시설에 가기보다는 집에서 홈트레이닝
 - (运动) 比起去体育设施更好在家里体能训练
 - (친구·동료모임) 직접 만나기 보다 각자 집에서 비대면 모임(PC, 휴대폰활용)
 - (朋友·同事聚会) 比起直接见面,最好各自在家非见面聚会(利用PC,手机)
 - (쇼핑) 매장에 방문하는 것보다는 온라인 주문
 - (购物) 比起去购物卖场,最好在家网上订购

- ③ 외출시, 마스크 착용 등 방역수칙을 준수하고
 환기 안 되고 사람 많은 밀폐·밀집·밀접(3밀) 된 곳 가지 않기
- ③ 外出时,佩戴口罩等,遵守防疫守则,不要去不通风密闭·密集·紧密(3密)的场所
 - (마스크 착용) 실내에서는 반드시 마스크 착용하고,
 실외에서도 2m 거리두기가 어려운 경우 착용하기
 - (佩戴口罩) 在室内必须佩戴口罩,在室外保持2m距离困难的情况佩戴
 * 마스크를 벗게하는 행위(음식 섭취, 노래부르기, 응원하기 등)은 자제
 * 克制摘掉口罩的行为(进食·唱歌·助威等)
 - (거리두기) 사람간 2m(최소1m)이상 거리두기
 - (保持距离) 人与人之间保持2m(最少1m)以上距离
 - 침방울이 튀는 행위(소리지르기, 큰소로 노래부르기, 응원하기 등), 신체접촉(악수, 포옹 등) 하지 않기
 - 不要有飞沫行为(喊叫,大声唱歌,助威等),身体接触(握手,拥抱等)