

เพื่อการดูแลสุขภาพและความปลอดภัยอย่างต่อเนื่องของทุกคน และ  
จากคำแนะนำของ تیمแพทย์แห่งชาติที่ต่อสู้กับไวรัสโคโรนา (โควิด-19)  
ได้ตัดสินใจว่า ตั้งแต่วันที่ 3 มิถุนายน 2563



ทุกคนต้องสวมใส่  
หน้ากาก



เมื่อคุณอยู่นอกบ้านและในทุก ๆ ที่ ยกเว้น เมื่อคุณขับรถ



เมื่อคุณเดินออกกำลังกาย ยกเว้นกิจกรรมกีฬาที่ต้องออกแรงมาก เช่น การวิ่ง การว่ายน้ำ  
และการปั่นจักรยาน



เมื่อคุณพบปะผู้คนที่มมีปัญหาสุขภาพและเป็นโรค หรือผู้สูงอายุมากที่สุดในครอบครัว  
เดียวกัน ซึ่งถือว่าเป็นผู้ที่มีความเสี่ยงมากที่สุด

Thai