

# 指揮中心調整戴口罩規定

外出時應全程佩戴口罩，但符合以下情形者，得免戴口罩

- 於**室內外**從事運動、**唱歌**時
- 於室內外拍攝個人/團體照時
- 農林漁牧工作者於空曠處  
(如：田間、魚塭、山林)工作
- 於山林(含森林遊樂區)、海濱活動
- 於**溫/冷泉、烤箱、水療設施、三溫暖、蒸氣室、水域活動**等易使口罩潮濕之場合

左列場合得免戴口罩，但應隨身攜帶或準備口罩，如本身有相關症狀或與不特定對象無法保持社交距離時，仍應戴口罩

- 外出時有飲食需求，得免戴口罩
- 於指揮中心或主管機關指定之場所或活動，如符合相關防疫措施，得暫時脫下口罩