



# 感染症対策 へのご協力をお願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

## ①手洗い

### 正しい手の洗い方

手洗いの前に

・爪は短く切っておきましょう  
・時計や指輪は外しておきましょう

1



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこずります。

2



手の甲をのぼすようにこずります。

3



指先・爪の間を念入りにこずります。

4



指の間を洗います。

5



親指と手のひらをねじり洗います。

6



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

## ②咳エチケット

### 3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まる場所でやろう



何もせずに咳やくしゃみをする



咳やくしゃみを手でおさえる



マスクを着用する(口・鼻を覆う)



ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う



袖で口・鼻を覆う

### 正しいマスクの着用



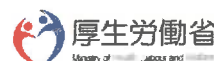
1 鼻と口の両方を確実に覆う



2 ゴムひもを耳にかける



3 隙間がないよう鼻まで覆う



厚労省

検索



# みんなで“感染拡大”防止

1人ひとりの行動が“感染拡大”防止につながります!!



## NO! 3密

3つの**密**を徹底して避けましょう

- ① 換気の悪い**密**閉空間
- ② 多くの人の**密**集する場所
- ③ 近距離での**密**接した会話

新型コロナウイルスは、感染しても無症状の方も多くいます。

「自分もうつらない行動」

「自分もうつさない行動」

をお願いします。

大切な人と自分の命そして社会を守るため1人ひとりが自覚し責任ある行動を取りましょう。



2つのシールの内容をご家族や地域みなさんと共有し感染拡大防止につなげましょう。

持ち物や身の回りの目立つところに貼りつけてください。

感染症対策として「手洗い」や「咳エチケット」も重要です。

(裏面をご覧ください)

[コピー複写可]