

にちじょうせいいかつ き
日常生活で気をつけること

かぜ きせつせい たいさく おな せき てあら
風邪や季節性インフルエンザ対策と同じように、ひとりひとりの咳エチケットや手洗いなどの
じっし ねが
実施をお願いします。

てあら
○手洗い

- きたくじ ちょうり ぜんご しょくじまえ てあら
・帰宅時・調理の前後・食事前など、こまめに手を洗います。



指先と手の
ひらのしわ



指の間



親指周り



手首

せき
○咳エチケット

くしゃみや咳が出るときは

- マスクを着用します。
- マスクがないときは、ティッシュなどで鼻と口を覆います。
- とっさのときは袖や上着の内側で覆います。
- まわりの人からなるべく離れます。



しんがた しゅうだんかんせん ふせ
新型コロナウイルスの集団感染を防ぐために

かんせん たか みつ さ
○ 感染のリスクが高まる「密」をできるだけ避けましょう。

じしん かんせん さ おお ひとひと じゅうしょうか く と いのち すく
ご自身の感染リスクを下げるだけでなく、多くの人々の重症化を食い止め、命を救うこ
とに繋がります。

- かんき わる みつぺいくうかん ×
(1) 換気の悪い密閉空間 ×
- たすう あつ みっしゅうばしょ ×
(2) 多数が集まる密集場所 ×
- まぢか かいわ はっせい みつせつばめん ×
(3) 間近で会話や発声をする密接場面 ×

