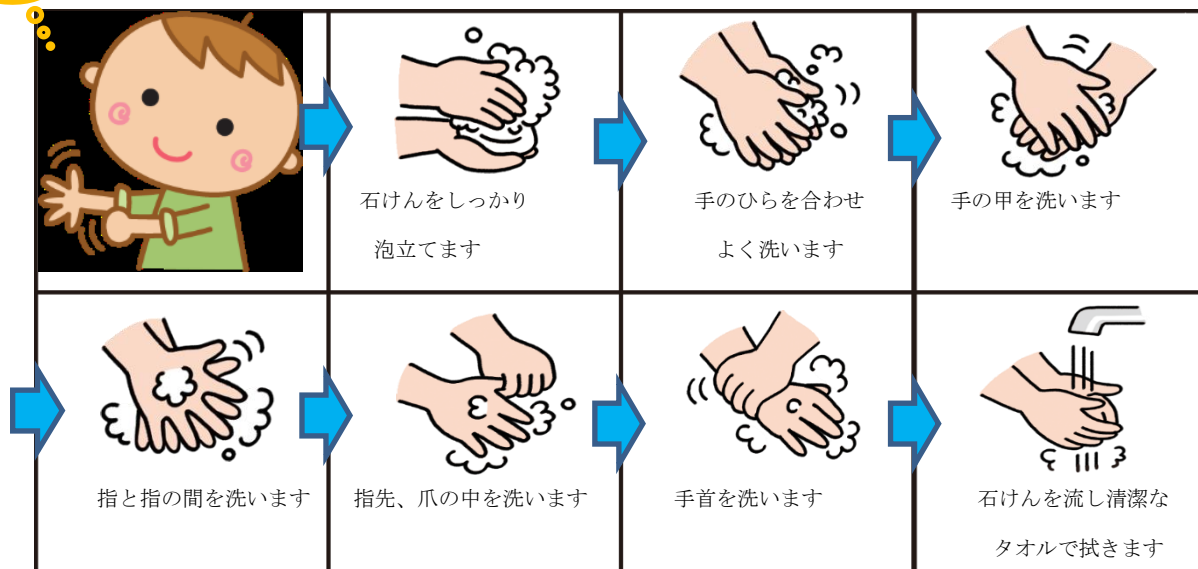




世界的にも感染症が流行しています。お互いがしっかりと予防して感染しないように気をつけましょう。

外から入ってきた時、トイレの後、食事の前、オムツ交換後、鼻をかんだ後などはしっかり手を洗いましょう。

## 手洗い



## ○マスクの正しいつけ方（不織布マスク）

マスクは正しく装着していないと、せっかくの効果が激減してしまいます。感染症を広めない為にも予防する為にも正しく装着しましょう。

- ①マスクをつける前にはしっかりと手洗いをしましょう
- ②マスクの真ん中（鼻のワイヤー）の部分に折り目を入れてから上下に広げます
- ③ゴムを耳にかけて、鼻・ほほ・顎を合わせて、鼻と口と確実に覆います
- ④鼻の部分を押さえてフィットさせ、マスクに手を沿わせて隙間を作らないように調整し、確認します

## ○咳エチケット、知っていますか??

飛沫感染による感染症が流行することを最小限に食い止めるために、日常的に咳エチケットを実施しましょう。

- ①マスクをして、他の人にうつさないようにしましょう
- ②マスクがない時に、咳、くしゃみをする時はティッシュペーパー、ハンカチ、タオルなどで鼻や口を押さえ（もしくは自分の腕で口を覆い）、周りの人を避けて行いましょう
- ③鼻をかんだ後のティッシュペーパーは、すぐにゴミ箱（できればふた付き）に捨てましょう
- ④素手のほか、ハンカチ、ティッシュ等で咳やくしゃみを受け止めた場合、すぐに手を洗いましょう