

もう一度見直しましょう

新型コロナウイルス感染症対策

手洗いをしましょう

丁寧に手洗いをする事で、ウイルスを十分に減らすことができます。もう一度、手洗いの仕方を確認してみませんか。



効果的なタイミング

感染予防のために、特に効果的な手洗いのタイミングを紹介します。

- 外出から戻ったとき
- 多くの人が触れる場所を触ったとき
- せき・くしゃみをしたとき
- 鼻をかんだとき
- 症状のある人の看病・世話をしたとき
- 料理を作るとき
- 食事のとき
- 家族や動物の排せつ物を取り扱ったとき
- トイレを利用したとき



正しいマスクの着け方を確認しましょう

マスクを使用する際は、正しい着用方法を守りましょう。

口と鼻を覆うように着用することがポイントです。また、自分に合ったサイズを身に着けることも大切です。

鼻が出ているため、感染リスクが高まります。正しく身に着けましょう。



マスクの捨て方

- ①ごみ箱にごみ袋をかぶせ入れ、ごみがいっぱいになる前に縛りましょう
- ②マスク等のごみに直接触れることがないか、確認します
- ③ごみを捨てたあとは、石けんを使い、よく手を洗いましょう



家庭内で感染の疑いがある場合に注意するポイント

家庭内で感染が広がらないよう、自宅内でも油断しないことが重要です。

- 感染の疑いがある人と家族の部屋を分ける
- 世話は特定の人だけで行う
- 室内でもマスクを着用し、使用したマスクはほかの部屋に持ち出さない
- こまめに石けんで手を洗う
- 定期的に換気する
- 手に触れる共用部分を消毒し、タオル等を共用しない
- 汚れた衣服等は洗濯する
- ごみは密閉して捨てる

三密を避けましょう

感染リスクを避けるため、改めて**以下**の場面を避けてください。人との距離が2m以上取れない場合は、マスクを着用する、換気をする、会話をする際は大声で話さない等を特に心がけてください。

- 換気の悪い「密閉」空間
- 間近で「密接」した会話
- 多数が集まり「密集」する場所

