

新型コロナウイルス
感染症を含む

感染症対策の基本



金沢区幸せお届け大使ぼたんちゃん

「手洗い」「咳エチケット」

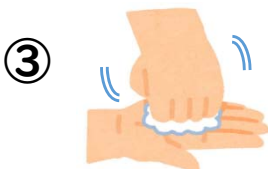
手洗い -正しい手の洗い方-



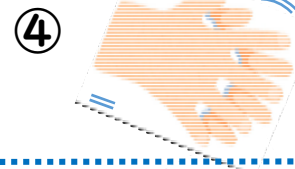
① 流水でよく手をぬらしたあと、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



② 手の甲をのばすようにこすります。



③ 指先・爪の間を念入りにこすります。



④ 指の間を洗います。



⑤ 親指と手のひらをねじり洗いします。



⑥ 手首も忘れずに洗います。



最後に十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルで、よくふき取って乾かします。

手洗いは 30 秒程度かけて、流水と石けんで、丁寧に洗いましょう。

手洗いができない場所では、手指消毒薬を利用しましょう。

咳エチケット -3つの咳エチケット-



マスクを着用
(口・鼻をおおう)



(マスクがない場合)
ティッシュ・
ハンカチで
口・鼻をおおう



(とっさの時)
袖で口・鼻を
おおう



マスクは正しく着用しましょう

- ① 鼻と口の両方を確実におおう
- ② ゴムひもを耳にかける
- ③ 隙間がないように鼻までおおう