



## 新型コロナウイルス感染症対策について

新型コロナウイルスが依然として猛威をふるっており、今後も継続して一人ひとりが感染対策を徹底していくことが重要です。新型コロナウイルス感染症はインフルエンザと同様に、感染していても無症状の場合もあるため、常に「うつさない」「うつらない」の意識をもって対策をしていきましょう。

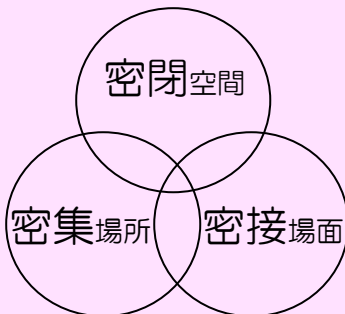
### 引き続き基本的な感染症対策の徹底を！

#### マスクの着用



- ◎ 鼻と口の両方を確実に覆う。
- ◎ 顔との間に隙間ができないようにフィットさせる。
- ◎ 使用中や外す時はマスク表面に触れないようにする（外す時はゴム部分を持つ）。

#### 3密の回避



- ◎ 部屋をこまめに換気する。
- ◎ 人混みを避ける。
- ◎ 身体的距離を確保する。

#### 手洗い・消毒



- ◎ 外出後や食事前など、こまめに石けんで手を洗う。
- ◎ 手洗い後は清潔なタオルやハンカチでよく拭き取る。
- ◎ 爪は短く切っておく。
- ◎ アルコール消毒も効果的。

寒いとついササっとすませたくなりますが、感染予防のために丁寧に洗いましょう！

#### ● 正しい手の洗い方 ●

①



流水で手をぬらした後、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**をねじり洗います。

⑥



**手首**も忘れずに洗います。