

3つの「密」を避けましょう!

①換気の悪い 密閉空間



②多数が集まる 密集場所



③間近で会話や 発声をする 密接場面



新型コロナウイルスへの対策として、クラスター(集団)の発生を防止することが重要です。
日頃の生活の中で3つの「密」が重ならないよう工夫しましょう。



感染症対策 へのご協力をお願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の
基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む
咳エチケット」です。

①手洗い 正しい手の洗い方

手洗いの前に ・爪は短く切っておきましょう ・時計や指輪は外しておきましょう

- 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。
- 手の甲をのぼすようにこすります。
- 指先・爪の間を念入りにこすります。
- 指の間を洗います。
- 親指と手のひらをねじり洗います。
- 手首も忘れずに洗います。

②咳エチケット 3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まる
ところでやるう



マスクを着用する (口・鼻を覆う) ティッシュ・ハンカチで 口・鼻を覆う 袖で口・鼻を覆う



何もせずに 咳やくしゃみをする

正しいマスクの着用



1 鼻と口の両方を 確実に覆う 2 ゴムひもを 耳にかける 3 隙間がないよう 鼻まで覆う



咳やくしゃみを 手でおさえる

石けんできれいになったら、十分に水で流し、
清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。



■ 詳しい情報はこちら

厚労省

検索

