

かんせんしょう

たいさく

きょうりょく



感染症対策への協力を お願いします

しんがた

新型コロナウイルスなどの

かんせんしょうたいさく

感染症対策の

きほん

基本は、

「手を洗うこと」や「マスクを着けたりする、
咳エチケット」です。

① 手洗い

ただ正しい手の洗い方

手を洗う
まえに

爪は短く切りましょう
時計や指輪ははずしましょう

1



水で手をしっかりぬらしてから、石けんをつけて、手のひらをよくこすります。

2



手の甲をのぼすようにこすります。

3



指先・爪の間にしっかりこすります。

4



指の間を洗います。

5



親指と手のひらをねじるように洗います。

6



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、水でしっかりと流し、きれいなタオルやペーパータオルでよくふいて、乾かします。

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
ひとが集まる場所でしよう



何もつけずに
咳やくしゃみをする

咳やくしゃみを
手でおさえる



マスクを着ける
(口・鼻を覆う)

ティッシュ・ハンカチで
口・鼻を覆う

そでくちばなをおお
袖で口・鼻を覆う

ただ正しいマスクの着けかた



1 鼻と口の両方を
しっかりと覆う



2 ゴムひもを
耳にかける



3 隙間がないよう
に鼻まで覆う

首相官邸
Prime Minister's Office of Japan

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

厚労省 検索

