

感染症を 予防しましょう



免疫力が衰えている高齢者は感染症にかかりやすく、体力も弱いいため感染症にかかるリスクがあります。

新型コロナウイルス感染症やインフルエンザなどの感染症予防対策の基本である「**手洗い**」や「**マスクの着用を含む咳エチケット**」を励行し、感染症を予防しましょう。

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

1



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。

2



手の甲をのぼ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。

石けんで洗い終わったら、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。

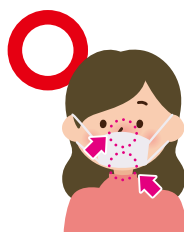
3つの咳エチケット



何もせずに
咳やくしゃみをする



咳やくしゃみを
手でおさえる



マスクを着用する
(口・鼻を覆う)



ティッシュやハン
カチで口・鼻を覆う

マスクが
ない時



とっさの時

袖で鼻を覆う

正しいマスクの着用



鼻と口の両方を
確実に覆う



ゴムひもを
耳にかける



隙間がないよう
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

新型コロナウイルス
感染症について



厚生労働省ホームページより引用