

ワクチンを打ってもつづけよう、感染症予防対策

ワクチンは、新型コロナウイルス感染症の発症や重症化を予防できることが確認されていますが、その効果は100%ではないため、接種後も基本的な感染予防対策の徹底が重要です。感染しないために、手洗い、マスクの着用、こまめな換気、密閉・密集・密接の回避などの基本的な感染予防対策の徹底をお願いします。

特に高齢者や基礎疾患（糖尿病、心不全、慢性呼吸器疾患（COPD等）など）をお持ちの方や透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方は、重症化しやすいので注意しましょう。

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

- 
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。

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
-  **○**
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