



# 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

- 手洗いのポイント  
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。
  - 手の甲をのばすようにこすります。
  - 指先・爪の間を念入りこすります。
  - 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。

## 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ろう

- 正しい咳エチケット
- 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
- 正しいマスクの着用
- 鼻と口の両方を確実に覆う
  - ゴムひもを耳に掛ける
  - 隙間がないよう鼻まで覆う
- NG例
- 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



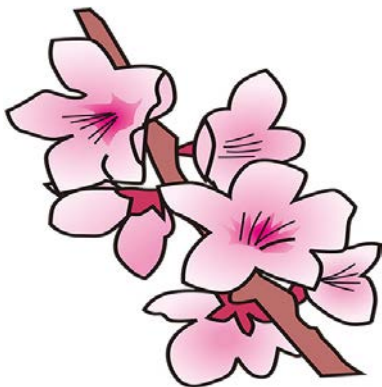
首相官邸  
Prime Minister's Office of Japan  
厚生労働省

詳しい情報はこちら

厚労省 検索



ゴールデンウィーク中も 正しい手洗い・咳エチケットを心掛けていきましょうね。



## 4月・5月行事予定

4月 2日	利用者懇談会
4月 7日	誕生会
5月 12日	誕生会
5月 28日	利用者懇談会



3月



4月

おめでとうございます！  
お誕生日

