

新型コロナウイルス感染症の予防には

手洗いとせきエチケットが有効です。

1 手洗いをこまめにしよう



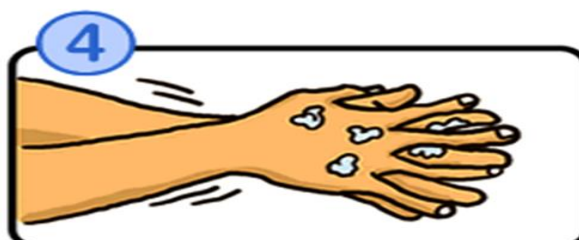
流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



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します。



手首も忘れずに洗います。

2 せきエチケットをしよう！

せきがでるときは・・・

マスクをしましょう！

マスクがない時は

口と鼻をティッシュでおおったり、

周りの人に顔を向けないようにしましょう！