

新型コロナウイルスは あなたの「スキ」を狙っています。



「うっかり」やりがち…

仕事の合間など、ちょっとした休憩・会話の時に外していませんか？

食事前、食事後にマスクを外したままにしていませんか？

マスクの表面、触っていませんか？

「ちゃちゃっと手洗い」で終わりにしていませんか？

手のひらだけ、指先だけの手洗い・消毒になっていませんか？

気が向いたときだけの消毒になっていませんか？

家だからと安心していませんか？

寒いからと1日1~2回の換気で済ませていませんか？

1つの窓だけで換気していませんか？



マスク

会話のときは「忘れず」着用！

食べているとき以外は、「こまめに」着用！

ひもをつまんで表面は触らない

流水と液体石けんで、1回30秒！

しっかり、まんべんなく、すみずみまで！

消毒はタイミングが大事！（帰宅時、食事前、咳やくしゃみをしたとき等）

よく触れる場所をこまめに消毒！（ドアノブ、手すり、リモコン等）

日中は1~2時間ごとに5~10分の換気を！

複数の窓を開け、空気の通り道を！



手洗い・手指消毒

環境消毒・換気



「しっかり」やろう！

それでも「もしかして？」と思ったら…

- 体調が悪いときは、学校や職場、旅行に行くのを控えましょう！
- 高齢者・基礎疾患のある方と接する人は、特に感染防止に注意しましょう！

発熱等の症状がある方は

直接医療機関等には行かず、かかりつけ医等のお近くの医療機関に電話で相談してください。

かかりつけ医のない方や相談先がわからない方は、受診・相談センター（コールセンター）にお電話ください。

お問い合わせ [24時間受付]

022-211-2882 ・ 022-211-3883