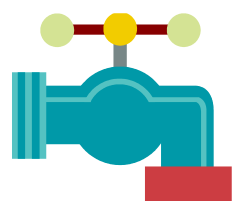


感染性胃腸炎やインフルエンザ  
にかからない！うつさない！



感染症予防の

第1は

「手洗い」です。



～私たち、一人ひとりが  
できること～

こんな時、こまめに洗おう

- ・外出後
- ・トイレの後
- ・食事の調理前
- ・食事前 など



～洗った後は、きれいなタオルなどで十分に水分をふき取りましょう～

咳やくしゃみが出るときは

咳エチケットも  
わすれずに

- ① 口マスクをしましょう。
- ② 口他の人から顔をそらせましょう。
- ③ 口ティッシュなどで口と鼻を押さえましょう。