

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を予防できることが期待されていますが、他の方への感染をどの程度予防できるかはまだ十分にはわかっていません。ワクチンを打った方も打っていない方も、感染予防対策の継続をお願いします。

高齢者や基礎疾患(糖尿病、心不全、呼吸器疾患(慢性閉塞性肺疾患等)等)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。また、感染しないために、手洗いを中心とする感染予防を心がけましょう。

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 (とっさの時)

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