

県北地区でインフルエンザや感染性胃腸炎が流行しています。

自分と周囲を感染症から守るためには、
手洗いが大切です。

日常生活の色々な場面で、手がウイルスや細菌の運び屋になってしまう危険もあります。

ちょっと待って！その手、きれいかな？



- ✓ トイレの後
- ✓ 食べ物に触る前
- ✓ 鼻水を触った後 などは・・・

手を洗いましょう。

感染症の流行を防ぐためのポイント

予防に有効なのは・・・？

◎ 流水と石けんでの手洗い

洗い方と同時に洗うタイミングも大切です。



◎ 手の消毒

消毒薬の効果が発揮されるためには・・・？

→手の汚れを落としてから使用する。

（鼻水などの汚れの内部にあるウイルスには消毒薬が浸透しにくい）

→手を洗った後、水分をふき取ってから使う。

（水分が残っていると、消毒薬の濃度が薄まる）

◎ せきエチケット

くしゃみを手で押さえない。

症状のある場合はマスクを正しく着ける。

気を付けたいのは・・・？

× マスクから鼻が出ている

→鼻からあごまでを覆い、隙間がないようにつけましょう。

× マスクを手で触る

→手がきれいか確認しましょう。

・マスクや顔を触る前

・マスクを触った手で他の物に触れる前）

注：唾液や指先に、ウイルスや細菌が存在していることもあります。
共用する物は、きれいな手で扱きましょう。

