

Mäni・ミニ新聞

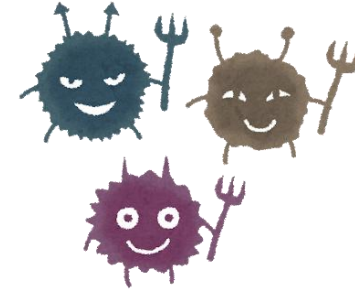
2019年12月号

ねこのて

発行責任者
八尋厚江

令和元年12月発行

手洗い・マスク・咳（せき）エチケット



インフルエンザ流行の季節になりました。
高齢者・幼児・持病のある人は肺炎など重症化することがあります。
感染予防や、周囲の人にうつさないために、心がけたいのが

「手洗い」「マスクの着用」「咳（せき）エチケット」です！



○外出時、いろいろなものに触れることで手にウィルスが付着している可能性があります
帰宅時、調理の前後・食事前等、こまめな手洗いを心がけましょう

○インフルエンザウィルスは飛沫感染や接触感染が感染経路です
感染者の咳、くしゃみ、つばなどを別の人が口や鼻から吸い込んで感染することがあります
外出時、特に通院時などは「マスクの着用」を心がけましょう
使用後の使い捨てマスクは放置せず、ゴミ箱に捨てましょう

○インフルエンザは高熱が下がった後でも他の人に感染することがあります
くしゃみや咳をする場合のエチケットをまもりましょう

- ・くしゃみや咳をする場合ティッシュなどで口や鼻を覆い、ティッシュはすぐにゴミ箱に捨てる
- ・咳やくしゃみの飛沫は2m先まで飛ぶと言われています、周囲に人がいる場合周りの人にかからないように心がけましょう

