

# インフルエンザ等の感染症予防には 「手洗い」や「マスクの着用」が重要です

## 正しい手洗い

- 水で手をきれいにし、石鹸をつけ、少なくとも 20 秒間こすり、洗い流します
- 手を洗わずに目や鼻等、顔を触らない
- 手を洗えない場合は、速乾性のアルコールで消毒します

## マスクの着用

- 外出の際は、マスクを着用します  
口と鼻を完全に隠して着用します
- 外出後は手を洗い清潔に保ちましょう



## 一人ひとりができる 新型コロナウイルス感染症対策

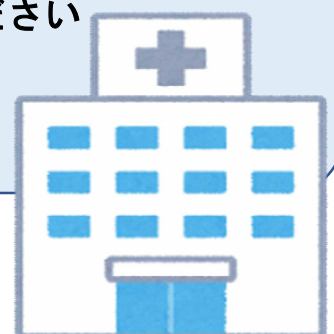
## 咳エチケット

- くしゃみや咳をするときはティッシュ等で鼻と口を覆います。その後、手をきれいに洗います
- 人にむかって咳をしないでください



## 熱、咳があるとき

- 発熱または咳などの呼吸器症状がある場合保健所に電話をしてください
- 病院に行く場合は、連絡の上、マスクを着用して受診ください



福井県