



手洗い+マスクで感染予防！！

感染予防の第一は手洗いです！



正しいマスクの使い方

《マスクの目的》

- ・咳やくしゃみの飛沫が飛び散るのを防ぐ
- ・ウイルスがついた手指で口を触るのを防ぐ



キレイな手でマスクを装着しよう！

《マスクのつけ方》

- ①ゴムひもを耳にかけて固定し、鼻・口・顎をしっかりと覆う
- ②鼻部分を鼻筋にフィットさせる
- ③ゴムひもで耳にしっかりと固定する
- ④隙間がないよう調節する



ワイヤー付きのマスクの場合は、鼻の形にフィットさせましょう。

良い例



悪い例



顔とマスクの隙間があると、マスクのフィルターを通さずに吸い込まれる空気が多くなり、マスクの効果が低くなります。

×顎がでている ×鼻が出ている ×鼻・口を覆っていない

※マスクの表面には病原菌がついている可能性がありますので、使用中は触らないようにしましょう。
触ってしまった場合は、その手で眼などをこすらないようにしましょう。

《マスクのはずし方》

- ①耳にかかっているゴムひもをはずす
- ②マスクの表面を触らないように顔から外す。



マスクの表面には病原菌がついている可能性があります！

《使い捨てマスクの廃棄方法》

- ①ゴムひもの部分だけを持ち、蓋のついたゴミ箱に廃棄する。
- ②石鹸と流水でよく手洗いをします。



感染症拡大防止にご協力ください

